

Утверждаю

И.О.Заведующий
МДОУ №38 Детский сад Будущего
_____/С.В.Кобелева/

МЕНЮ
25 августа 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	7,89	5,98	3,54	28,79	171,29
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	6,57	2,48	2,08	10,21	70,01
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	11,37	3,96	3,59	10,66	91,53
Итого		25,84	12,42	9,21	49,66	332,83
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	18,81	0,40	0,40	9,90	44,20
Итого		18,81	0,40	0,40	9,90	44,20
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	7,11	0,87	1,78	4,53	37,59
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	9,33	1,34	2,49	5,13	52,35
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,05	5,13	2,14	32,84	171,38
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	44,59	10,66	10,17	2,57	144,45
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,67	0,00	0,00	6,09	24,36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,64	2,58	0,30	16,11	77,52
Итого		70,40	20,58	16,88	67,27	507,65
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	14,77	2,75	4,30	18,32	126,42
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	65	34,85	10,13	2,48	5,45	81,16
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,74	0,16	0,00	6,41	26,27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,69	0,30	2,06	13,36	64,12
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	9,24	3,26	3,12	32,97	153,70
Итого		62,30	16,60	11,96	76,51	451,67
Всего		177,34	50,00	38,45	203,34	1 336,35

Зав. производством (шеф-повар) _____ М.А.Захарова, Попова С.М.