

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 августа 2026 г.

Аллергики

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	1,09	2,63	1,32	16,09	86,73
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	165	2,86	0,05	0,01	7,89	32,64
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	5,53	1,60	0,60	20,58	94,30
Итого		9,48	4,28	1,93	44,56	213,67
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	9,00	0,00	0,00	10,60	42,40
Итого		9,00	0,00	0,00	10,60	42,40
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	3,77	0,59	2,05	3,37	34,14
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	27,51	7,75	2,79	13,26	109,46
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ	200	48,84	12,14	11,69	19,28	230,64
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	6,90	0,10	0,10	18,10	73,52
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,09	2,04	0,24	12,72	61,20
Итого		89,11	22,62	16,87	66,73	508,96
Ужин						
КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЫ С СОУСОМ	110/20	17,80	5,18	7,21	25,02	185,18
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	3,56	4,53	1,61	36,55	178,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,70	0,19	1,30	8,44	40,53
ЧАЙ С САХАРОМ	140/6	0,72	0,00	0,00	6,60	26,69
Итого		23,78	9,90	10,12	76,61	430,88
Всего		131,37	36,80	28,92	198,50	1 195,91

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