Заведующий «МБДОУ 142»
_____ Т.В. Михайловская
«17» июня 2026г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Завтрак 380.60 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Суп молочный с крупой манной	200	124.10
2	Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
3	Масло сливочное (порциями)	5	37.40
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
5	Кофейный напиток с молоком	200	87.21

Завтрак 2 52.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00

Обед 657.70 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Борщ с капустой и картофелем	200	102.08
2	Котлеты из говядины	80	242.00
3	Пюре картофельное	130	128.65
4	Овощи свежие (порциями) огурец	60	9.00
5	Хлеб ржаной	50	121.00
6	Компот из смеси сухофруктов	180	54.97

Полдник 287.00 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Пряник	50	181.00
2	Кисломолочный напиток (кефир)	200	106.00

Ужин 430.70 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	137.91
2	Каша пшенная рассыпчатая	130	151.72
3	Кабачки припущенные	60	40.44
4	Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
5	Чай с сахаром	200	28.03