

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №14"
_____/Волкова В.Г./

МЕНЮ
17 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ С КУКУРУЗОЙ	137/27	9,09	9,79	6,66	151,50
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	189	1,51	1,45	9,79	58,36
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	38/10	3,23	7,75	36,64	229,26
Итого		13,83	18,99	53,09	439,12
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	143	4,02	3,46	5,82	74,83
Итого		4,02	3,46	5,82	74,83
Обед					
ПОРЦИОННЫЕ СВЕЖИЕ ПОМИДОРЫ	57	0,62	0,11	2,15	13,58
РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	209	3,41	5,65	10,75	107,58
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	148	5,23	5,00	20,18	147,34
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	204	0,49	0,05	23,24	95,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,88	0,51	24,87	119,65
Итого		13,63	11,32	81,19	483,99
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40
ЧАЙ С ЛИМОНОМ БЕЗ САХАРА	149	0,06	0,00	0,16	1,47
Итого		1,54	1,88	14,78	82,87
Ужин					
ВИНЕГРЕТ	191	3,39	6,31	21,11	155,35
ЧАЙ С САХАРОМ	217	0,03	0,00	7,60	30,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	3,18	0,32	36,57	161,88
Итого		6,60	6,63	65,28	347,73
Всего		39,62	42,28	220,16	1 428,54