

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	21	2,24	2,03	0,13	27,71
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	196	5,35	6,30	22,43	167,56
ЧАЙ С САХАРОМ	218	0,07	0,00	7,50	30,27
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	37/10	3,08	8,30	34,90	226,70
Итого		10,74	16,63	64,96	452,24
II Завтрак					
СОК	120	0,58	0,00	8,50	36,08
Итого		0,58	0,00	8,50	36,08
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	35	0,67	3,12	2,70	41,65
СУП ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	193	4,96	6,15	13,43	129,17
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	89	3,30	2,46	14,93	94,90
ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	77	8,36	8,70	3,21	124,97
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,43	0,03	11,50	48,32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	56	3,62	0,49	23,19	111,58
Итого		21,34	20,95	68,96	550,59
Полдник					
ВАФЛЯ	20	0,54	0,64	15,00	68,68
ЙОГУРТ	251	6,82	6,09	10,99	137,69
Итого		7,36	6,73	25,99	206,37
Ужин					
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	2,96	3,78	8,10	79,97
ЧАЙ С САХАРОМ	214	0,06	0,00	7,40	29,75
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	3,03	0,30	34,82	154,14
Итого		6,05	4,08	50,32	263,86
Всего		46,07	48,39	218,73	1 509,14