

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 февраля 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	204	5,15	6,09	20,72	158,42
КАКАО С МОЛОКОМ	205	4,80	4,06	15,96	120,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,49	0,25	28,62	126,69
Итого		12,44	10,40	65,30	406,01
II Завтрак					
ЯБЛОКО	119	0,48	0,48	11,69	56,06
Итого		0,48	0,48	11,69	56,06
Обед					
ПОРЦИОННЫЕ СВЕЖИЕ ПОМИДОРЫ	31	0,34	0,06	1,19	7,52
ЩИ	195	1,29	1,79	7,14	50,37
ЁЖИКИ С МЯСОМ В ТОМАТНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ	80/30	10,44	10,38	22,41	225,28
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,16	0,14	11,14	47,23
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,54	0,48	22,69	109,14
Итого		15,77	12,85	64,57	439,54
Полдник					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	61	4,03	5,91	22,76	160,43
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	202	0,10	0,08	22,01	85,87
Итого		4,13	5,99	44,77	246,30
Ужин					
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	172	3,00	8,33	15,34	149,47
ЧАЙ С САХАРОМ	217	0,13	0,00	7,61	30,95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,49	0,25	28,62	126,69
Итого		5,62	8,58	51,57	307,11
Всего		38,44	38,30	237,90	1 455,02