

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 февраля 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	122	14,12	10,16	25,16	251,36
СОУС МОЛОЧНЫЙ	32	1,33	2,66	6,55	55,68
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	198	3,96	3,33	13,36	100,22
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,43	0,24	27,89	123,45
Итого		21,84	16,39	72,96	530,71
II Завтрак					
СОК	111	0,54	0,00	7,87	33,42
Итого		0,54	0,00	7,87	33,42
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	47	0,47	1,36	1,76	22,16
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	217	2,54	5,15	13,65	111,76
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	161	3,27	2,32	23,44	128,16
РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	15,18	5,14	1,63	127,20
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	205	0,41	0,05	13,52	56,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	54	3,48	0,47	22,27	107,17
Итого		25,35	14,49	76,27	553,03
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	199	5,60	4,83	9,26	104,24
Итого		7,82	7,65	31,19	226,34
Ужин					
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	201	5,61	8,65	25,10	201,49
ЧАЙ С САХАРОМ	214	0,10	0,00	7,27	29,49
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,43	0,24	27,89	123,45
Итого		8,14	8,89	60,26	354,43
Всего		63,69	47,42	248,55	1 697,93