



УТВЕРЖДАЮ

Заведующей МБДОУ "Детский сад № 26"

Бархатова М.В.

Меню Детский сад № 26 на 21.12.2023

Наименование блюд	ясли (до 3-		сад	
Завтрак	выход порции,	к/кал	выход порции,	к/кал
Омлет. Икра кабачковая.	130\30	198\23,6	150\30	358,0\23,6
Чай зел с молоком.	150	22,5	180	64,2
Хлеб пшен.	20\	48,64	30	79,1
Банан	90	104	80	50.4
Завтрак 2				
Сок фруктовый. Сок овощной..	100	56,0	100	43
Обед				
Салат зел с перцем и помидором.	40	32,4	60	48,6
Борщ сибирский со сметан.	165	135,6	200	164,4
Филе минтая зап. в омлете.	55	100,2	80	118,5
Картофельное пюре.	100	116,2	110	127,82
Компот из смородины.	150	68,1	170	81,72
Хлеб пшеничный. Хлеб рж\ пшен.	20\20	48,6\45,6	30\25	79,1\59,63
Полдник				
Булочка янтарная.	50	146,3	70	206
Ряженка.	150	98,0	180	119
Ужин				
Пудинг из говядины. Кукуруза.	65	112	80	131,0\129,0
Картоф. -морковное пюре.	100	76,6	120	140,8
Чай с молоком.	150	53,2	180	65,5
Хлеб пшеничный. Хлеб рж\ пшен.	20\20	48,6\45,6	25\20	59,6\48,6