

Утверждаю

Заведующий

Макарова В. В.

**МЕНЮ на 29.05.2026 год**

|                                | <i>Наименование<br/>блюда</i> | <i>Выход порции</i> |            | <i>Калорийность</i> |            |
|--------------------------------|-------------------------------|---------------------|------------|---------------------|------------|
|                                |                               | <i>ясли</i>         | <i>сад</i> | <i>ясли</i>         | <i>сад</i> |
| <b>Завтрак</b>                 | Каша манная                   | 150                 | 180        | 145,2               | 183,8      |
|                                | Какао с молоком               | 150                 | 180        | 75                  | 90         |
|                                | Бутерброд с<br>маслом/ сыр    | 24./10              | 35./16     | 78/36               | 108/54     |
| <b>Завтрак - 2</b>             | Сок                           | 140.                | 160.       | 59,51               | 68,4       |
|                                | Батон нарезной                | 15                  | 15         | 38                  | 38         |
| <b>Обед</b>                    | Огурец свежий<br>порционно    | 30                  | 40         | 1,47                | 3,68       |
|                                | Свекольник со<br>сметаной     | 180                 | 200        | 114,5               | 126        |
|                                | Рыба под<br>маринадом         | 70                  | 80         | 88,38               | 101        |
|                                | Пюре<br>картофельное          | 120                 | 150        | 129,6               | 162        |
|                                | Компот из<br>сухофруктов      | 150                 | 180        | 84,75               | 101,7      |
|                                | Хлеб ржаной                   | 30                  | 45         | 74,88               | 96         |
|                                |                               |                     |            |                     |            |
| <b>Уплотненный<br/>Полдник</b> | Сырники<br>творожные          | 100                 | 135        | 154,66              | 209        |
|                                | Соус сметанный<br>сладкий     | 30                  | 50         | 22,2                | 37         |
|                                | Батон нарезной                | 30                  | 40         | 76                  | 101        |
|                                | Чай сладкий                   | 150                 | 180        | 37,8                | 45,36      |