Утверждено _____ Р.Ю. Чекина

Заведующая МАДОУ дс « Колосок»

# *Меню на 14 Октября 2026 года*

| Наименование блюда | Масса порции (гр) | | | Калорийность порции | |
|---|---|---|---|---|---|
| | Сад | Меню2 | Ясли | САД/Меню2 | ЯСЛИ |
| ***Завтрак*** | | | | | |
| Каша ячневая молочная жидкая | 180 | 180 | 150 | 235,1 | 195,9 |
| Бутерброд с маслом | 45 | 45 | 35 | 183 | 180 |
| Чай с сахаром | 180 | 180 | 150 | 46 | 43 |
| ***2й завтрак*** | | | | | |
| Сок фруктовый | 0 | 200 | 0 | 115 | 0 |
| ***Обед*** | | | | | |
| Борщ со свеж.капустой на мясной/бул | 180 | 180 | 150 | 119,7 | 110 |
| Шницель рыбный запеченый | 70 | 70 | 70 | 181 | 181 |
| Рис отварной | 130 | 130 | 110 | 208 | 176 |
| Овощи "Мексиканская смесь" тушенная | 50 | 50 | 30 | 80 | 74 |
| Компот из плодов сушеных (кураги) | 180 | 180 | 150 | 108 | 105 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 40 | 30 | 88,8 | 67,7 |
| ***Полдник*** | | | | | |
| Плоды свежие(яблоки) | 150 | 150 | 150 | 78 | 78 |
| ***Ужин*** | | | | | |
| Салат "Зимний" | 70 | 70 | 70 | 120 | 120 |
| Булочка домашняя | 50 | 50 | 50 | 211 | 211 |
| Чай с сахаром | 180 | 180 | 150 | 46 | 43 |