

Утверждено

Чекина Р.Ю.

Заведующая МАДОУ д/с «Колосок»



Меню на 21 Сентября 2026 года

Наименование блюда	Масса порции (гр)			Калорийность порции	
	Сад	Меню 2	Ясли	Сад/Меню2	Ясли
Завтрак					
Каша пшенная молочная жидкая	180	180	150	255,2	245
Бутерброд с маслом	45	45	35	183	160
Чай с сахаром	180	180	150	46	43
2й завтрак					
Молоко пастеризованное	0	180	0	115	0
Обед					
Щи из квашеной капусты с картофелем на мясном бульоне	180	180	150	119,7	119
Тефтели мясные запеченные	70	70	70	174,8	174,8
Макаронные изделия отварные	130	130	110	225,7	191,5
Салат из свеклы отварной	50	50	30	42,5	32,7
Компот из смеси сухофруктов	180	180	150	110	100
Соус томатный	20	20	20	23,3	23,3
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	30	88,8	80
Полдник					
Печенье	35	35	35	143	143
Чай с молоком	150	150	150	75	75
Ужин					
Рагу овощное	150	150	150	172,5	172,5
Хлеб пшеничный	30	30	30	76,5	76,5
Чай с сахаром	180	180	150	46	42