

| МЕНЮ «14» СЕНТЯБРЯ 2026г САД |                                    |             |                                |
|------------------------------|------------------------------------|-------------|--------------------------------|
| Прием пищи                   | Наименование блюда                 | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
| День 6                       |                                    |             |                                |
| Завтрак                      | Каша вязкая пшеничная молочная     | 150         | 140                            |
|                              | Кофейный напиток с молоком         | 180         | 45                             |
|                              | Бутерброд с маслом                 | 34          | 70                             |
|                              | <b>Итого</b>                       | <b>364</b>  | <b>255</b>                     |
| Второй завтрак               | Напиток фруктовый                  | 150         | 68                             |
|                              | <b>Итого</b>                       | <b>150</b>  | <b>68</b>                      |
| Обед                         | Суп картофельный с крупой          | 150         | 109,14                         |
|                              | Жаркое по-домашнему                | 160         | 210                            |
|                              | Компот из фруктов                  | 150         | 50                             |
|                              | Хлеб ржано-пшеничный               | 40          | 75,2                           |
|                              | <b>Итого:</b>                      | <b>500</b>  | <b>444,34</b>                  |
| Полдник                      | Кисломолочный напиток /кефир /     | 150         | 75                             |
|                              | Печенье                            | 12          | 68                             |
|                              | Слива                              | 95          | 70                             |
|                              | <b>Итого:</b>                      | <b>257</b>  | <b>213</b>                     |
|                              | Омлет натуральный с маслом         | 150         | 165                            |
| Ужин                         | Салат из горошка зеленого          | 40          | 30,2                           |
|                              | Хлеб пшеничный                     | 30          | 70                             |
|                              | Чай с сахаром                      | 180         | 21,7                           |
|                              | <b>Итого:</b>                      | <b>400</b>  | <b>286,9</b>                   |
|                              | Вода питьевая детская на весь день | 150         | 0                              |
|                              | <b>Итого за шестой день</b>        | <b>1671</b> | <b>1267,24</b>                 |
|                              |                                    |             |                                |

| МЕНЮ «14» СЕНТЯБРЯ 2026г САД |                                    |             |                                |
|------------------------------|------------------------------------|-------------|--------------------------------|
| Прием пищи                   | Наименование блюда                 | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
| День 6                       |                                    |             |                                |
| Завтрак                      | Каша вязкая пшеничная молочная     | 200         | 180                            |
|                              | Кофейный напиток с молоком         | 200         | 75                             |
|                              | Бутерброд с маслом                 | 45          | 95,8                           |
|                              | <b>Итого</b>                       | <b>445</b>  | <b>350,8</b>                   |
| Второй завтрак               | Напиток фруктовый                  | 180         | 85                             |
|                              | <b>Итого</b>                       | <b>180</b>  | <b>85</b>                      |
| Обед                         | Суп картофельный с крупой          | 200         | 145,03                         |
|                              | Жаркое по-домашнему                | 200         | 280                            |
|                              | Компот из фруктов                  | 200         | 60                             |
|                              | Хлеб ржано-пшеничный               | 50          | 94                             |
|                              | <b>Итого:</b>                      | <b>650</b>  | <b>579,3</b>                   |
| Полдник                      | Кисломолочный напиток /кефир /     | 180         | 90                             |
|                              | Кондитерское изделие               | 20          | 141,4                          |
|                              | Слива                              | 100         | 40                             |
|                              | <b>Итого:</b>                      | <b>300</b>  | <b>271,4</b>                   |
| Ужин                         | Омлет натуральный с маслом         | 180         | 180                            |
|                              | Салат из горошка зеленого          | 50          | 34,82                          |
|                              | Хлеб пшеничный                     | 40          | 95,8                           |
|                              | Чай с сахаром                      | 200         | 33,06                          |
|                              | <b>Итого:</b>                      | <b>470</b>  | <b>343,68</b>                  |
|                              | Вода питьевая детская на весь день | 150         | 0                              |
|                              | <b>Итого за шестой день</b>        | <b>2045</b> | <b>1630,18</b>                 |