



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

4 августа 2025 г.

Безмолочники сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	150	8.4	2.1	38.1	205
МЯСО ОТВАРНОЕ	20	4.8	11.1	0.1	120
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	0.3		27.9	114
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		15.1	13.8	82.6	516
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180				
Итого					
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ	200	3.7	7.6	9.1	120
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	80	15.6	0.9	0.2	72
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ	140	3	17.3	22.3	258
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА (аллергики)	40				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.6	0.3	16.7	83
Итого		26.4	27	71.3	646
Полдник					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	230	20	25.8	21	396
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	41	5.2	4.7	0.3	64
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		28.8	31.4	50.5	598
Всего		70.3	72.2	204.4	1760

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

5 августа 2025 г.

Безмолочники сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	150	3.5	5.2	36	205
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5.1	4.6	0.3	63
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.6	0.6	24.9	109
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
Итого		10.4	10.4	67.6	405
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		1.6	0.6	16.5	77
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.3	14
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	5.9	4.8	24.5	165
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	12.9	14.3	12.6	231
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	140	5.2	6	33.3	208
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА (аллергики)	40				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	18	74
Итого		27.6	26.1	109.5	785
Полдник					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	230	26.2	27.9	20.4	438
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	11.3	44
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.9	0.2	8.1	43
Итого		30.1	29	58.6	618
Всего		69.7	66.1	252.2	1885

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

5 августа 2025 г.

Безмолочники сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	150	3.5	5.2	36	205
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5.1	4.6	0.3	63
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.6	0.6	24.9	109
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
Итого		10.4	10.4	67.6	405
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		1.6	0.6	16.5	77
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.3	14
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	5.9	4.8	24.5	165
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	12.9	14.3	12.6	231
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	140	5.2	6	33.3	208
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА (аллергики)	40				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	18	74
Итого		27.6	26.1	109.5	785
Полдник					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	230	26.2	27.9	20.4	438
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	11.3	44
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.9	0.2	8.1	43
Итого		30.1	29	58.6	618
Всего		69.7	66.1	252.2	1885

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

7 августа 2025 г.

Безмолочники сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ КУКУРУЗНАЯ С ОВОЩАМИ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	160	0.3	5	1.5	52
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5.1	4.6	0.3	63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
Итого		7.1	10.2	18.5	195
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		1.6	0.6	16.5	77
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	200	4.2	7.9	12.9	140
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	80	13.1	17.1	11.5	252
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	140	8.5	4.1	38.7	226
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА (аллергики)	40				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0.2		11.6	48
Итого		29.5	30	97.7	779
Полдник					
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	12.9	14.3	12.6	231
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	140	2.6	7.3	15.1	138
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1	0.1	24.5	103
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0.8	0.2	7.5	38
Итого		20.1	22.7	78.5	603
Всего		58.3	63.5	211.2	1654

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

8 августа 2025 г.

Безмолочники сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	140	3.4	4.9	35.9	201
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	40	5.9	5.7	3.9	90
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.5	2	14.9	83
Итого		12.4	13.2	71.2	451
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
Итого		1.7	0.6	16.7	80
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.3	14
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ	200	4.4	4.6	6.9	87
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	10.9	4.9	5.2	109
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С УКРОПОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	140	2.9	5.6	22.9	153
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА (аллергики)	40				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0.5		29.7	122
Итого		22.9	16.1	90	598
Полдник					
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	230	19	10.3	36.8	332
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	42	5.3	4.8	0.3	65
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0.2		6.8	30
Итого		27.3	15.9	62.7	520
Всего		64.3	45.8	240.6	1649

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

11 августа 2025 г.

Безмолочники сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	160	8.9	2.3	40.6	219
МЯСО ОТВАРНОЕ	35	8.4	19.5	0.2	210
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
Итого		19	22.4	57.5	509
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		1.6	0.6	16.5	77
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0.5	0.1	1	8
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ	200	3.7	7.6	9.1	120
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	11.2	17.2	9.1	236
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	140	2.6	7.3	15.1	138
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА (аллергики)	40				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32
Итого		21.5	33.1	65.3	647
Полдник					
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	80	15.6	0.9	0.2	72
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В БЕЛОМ СОУСЕ	140	2.2	5.1	15.1	114
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	11.3	44
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого		21.2	7.3	55.2	370
Всего		63.3	63.4	194.5	1603

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

12 августа 2025 г.

Безмолочники сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	160	7.1	6.7	43.7	263
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	40	6.4	5.3	3.3	87
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.6	0.6	24.9	109
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		15.2	12.6	78.1	484
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
Итого		1.7	0.6	16.7	80
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.7	6.1	4.4	76
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	4.8	2.4	14.8	100
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	12.9	14.3	12.6	231
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	140	1.9	5.1	10.2	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180				
Итого		23.8	28.8	65	616
Полдник					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	230	26.2	27.9	20.5	438
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0.4	0.3	10.3	47
Итого		29.5	29	55.8	603
Всего		70.2	71	215.6	1783

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

13 августа 2025 г.

Безмолочники сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ КУКУРУЗНАЯ С ОВОЩАМИ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	160	0.3	5	1.5	52
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	41	5.1	4.7	0.3	64
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
Итого		7.1	10.3	18.5	196
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		1.6	0.6	16.5	77
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	200	6.8	6.4	12	133
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	80	13.1	17.1	11.5	252
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	140	2.6	7.3	15.1	138
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА (аллергики)	40				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1	0.1	24.5	103
Итого		27	31.8	86.1	739
Полдник					
КОТЛЕТЫ "ДЕТСКИЕ"	80	13.6	14.3	11.9	230
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	140	2.5	9.2	24.8	193
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	200	0.2	0.2	10.6	46
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.9	0.2	8.1	43
Итого		20	24.7	74.2	605
Всего		55.7	67.4	195.3	1617

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

14 августа 2025 г.

Безмолочники сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	150	8.4	2.1	38.1	205
МЯСО ОТВАРНОЕ	20	4.8	11.1	0.1	120
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.6	0.7	15.5	71
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	11.3	44
Итого		15.5	14.6	75.3	492
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.7	0.3	17.2	86
Итого		0.7	0.3	17.2	86
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ	60	3.2	4.8	3.6	70
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ)	200	3.9	7.7	8.5	119
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	15.9	0.9	0.5	74
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С УКРОПОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	140	2.9	5.6	22.9	153
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА (аллергики)	40				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0.9		22.9	99
Итого		30.3	19.9	81.4	628
Полдник					
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ И МЯСА	230	17.5	20.1	23.1	344
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	41	5.1	4.7	0.3	64
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0.2		6.8	30
Итого		25.6	25.6	49	531
Всего		72.1	60.4	222.9	1737

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

15 августа 2025 г.

Безмолочники сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	160	7.1	6.7	43.7	263
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	43	5.4	4.9	0.3	67
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.6	0.6	24.9	109
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
Итого		14.3	12.2	75.3	467
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		1.6	0.6	16.5	77
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.3	14
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ	200	3.8	7.8	10.2	127
МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ	200	25.2	15.9	39.1	424
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА (аллергики)	40				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0.1	0.1	9.7	41
Итого		33.3	24.8	84.3	719
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	18.5	18.5	16.1	306
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0.6	0.1	24.3	105
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого		22.3	19.8	69	551
Всего		71.5	57.4	245.1	1814

Врач _____