



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 37 «Сказка»
Маркина Л.П.

4 день

МЕНЮ
16.07.2026

Завтрак:

Наименование блюд	Масса Порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С
		белки	жиры	Угл-ды		
		сад	сад	сад		
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,04	5,54	30,04	214,80	
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	5,99	74,58	1,17
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,50	15,49	111,68	

2-ой Завтрак:

Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	4,00
-----	-----	------	------	-------	-------	------

Обед:

Салат из свеклы с яблоками	60	0,65	3,1	3,86	46,02	
Щи со свежей капустой,с картофелем на бульоне из индейки,со сметаной	180/7 40/30	1,36	4,59	4,77	70,02	8,00
Индейка тушеная с овощами по-татарски	130/3	10,76	10,11	19,42	150,93	5,03
Макаронные изделия отварные,с маслом сливочным	180 35	0,40	0,02	16,60	68,20	0,00
Компот из урюка	45	2,97	0,28	17,22	82,25	2,44
Хлеб пшеничный			0,54	17,84	89,19	0,00
Хлеб ржаной						

Полдник:

Кисломолочный напиток (напиток ацидофильный)	180	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54
---	-----	------	------	------	-------	------

Ужин:

Запеканка творожная с молоком сгущённым	130/20	24,20	20,06	32,78	408,20	0,54
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,10	0,03