

МЕНЮ № 129 Ясли на 20 июля 2026г

6д

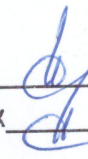
| Приём<br>пищи                       | Наименование блюда                                                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (1) |              |               | Энергетиче<br>ская<br>ценность<br>(ккал) |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|---------------|------------------------------------------|
|                                     |                                                                      |                | Б                    | Ж            | У             |                                          |
| <b>ЗАВТРАК</b>                      | Каша манная молочная с маслом сливочным                              | 140/3          | 4,24                 | 4,6          | 22,61         | 149,26                                   |
|                                     | Чай с молоком, сахаром                                               | 180/6          | 3,03                 | 2,4          | 10,48         | 75,76                                    |
|                                     | Бутерброд с маслом сливочным                                         | 25/5           | 1,92                 | 4,36         | 12,92         | 98,5                                     |
|                                     |                                                                      |                |                      |              |               |                                          |
| <b>2 - ой<br/>ЗАВТРАК</b>           | Сок                                                                  | 250            | 1,0                  | 0,00         | 20,20         | 84,8                                     |
|                                     |                                                                      |                |                      |              |               |                                          |
| <b>ОБЕД</b>                         | Салат из кукурузы к/с                                                | 30             | 0,86                 | 1,85         | 2,41          | 29,79                                    |
|                                     | Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне , со сметаной | 150/5          | 1,81                 | 3,7          | 6,74          | 70,31                                    |
|                                     | Жаркое по-домашнему с птицей                                         | 150            | 11,75                | 7,98         | 14,7          | 177,15                                   |
|                                     | Напиток из сухофруктов                                               | 150            | 0,5                  | 0,07         | 14,0          | 60,0                                     |
|                                     | Хлеб ржаной                                                          | 35             | 2,31                 | 0,42         | 13,85         | 69,23                                    |
|                                     |                                                                      |                |                      |              |               |                                          |
| <b>УПЛОТНЕН<br/>НЫЙ<br/>ПОЛДНИК</b> | Кисломолочный напиток                                                | 150            | 4,35                 | 3,75         | 6,3           | 76,00                                    |
|                                     | Кондитерское изделие                                                 | 20             | 1,5                  | 1,96         | 14,88         | 83,4                                     |
|                                     | Омлет натуральный                                                    | 130            | 12,08                | 21,52        | 2,29          | 251,03                                   |
|                                     | Чай с сахаром, с яблоком                                             | 150/5/10       | 0,09                 | 0,06         | 5,99          | 24,7                                     |
|                                     | Хлеб пшеничный                                                       | 25             | 1,9                  | 0,2          | 12,3          | 58,75                                    |
|                                     |                                                                      |                |                      |              |               |                                          |
|                                     | <b>ИТОГО</b>                                                         |                | <b>47,34</b>         | <b>52,85</b> | <b>159,66</b> | <b>1308,68</b>                           |

М/Сестра Муртазина В.М  
Кладовщик Агафонова С.И.

МЕНЮ № 129 Сад на 20 июля 2026г

6д

| Приём пищи          | Наименование блюда                                                   | Выход блюда | Пищевые вещества (1) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|
|                     |                                                                      |             | Б                    | Ж     | У     |                                |
| ЗАВТРАК             | Каша манная молочная с маслом сливочным                              | 180/3       | 5,45                 | 5,3   | 29,08 | 186,3                          |
|                     | Чай с молоком, сахаром                                               | 180/6       | 3,03                 | 2,4   | 10,48 | 75,76                          |
|                     | Бутерброд с маслом сливочным                                         | 30/5        | 2,29                 | 4,5   | 15,49 | 111,68                         |
|                     |                                                                      |             |                      |       |       |                                |
| 2 - ой ЗАВТРАК      | Сок                                                                  | 200         | 1,0                  | 0,00  | 20,20 | 84,8                           |
|                     |                                                                      |             |                      |       |       |                                |
| ОБЕД                | Салат из кукурузы к/с                                                | 50          | 1,44                 | 3,09  | 4,02  | 49,65                          |
|                     | Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне , со сметаной | 180/7       | 1,48                 | 4,59  | 8,12  | 85,97                          |
|                     | Жаркое по-домашнему с птицей                                         | 200         | 15,67                | 10,64 | 19,6  | 236,2                          |
|                     | Напиток из сухофруктов                                               | 180         | 0,6                  | 0,08  | 16,81 | 71,52                          |
|                     | Хлеб ржаной                                                          | 45          | 2,97                 | 0,54  | 17,84 | 89,19                          |
|                     |                                                                      |             |                      |       |       |                                |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | Кисломолочный напиток                                                | 180         | 5,22                 | 4,5   | 7,56  | 92,00                          |
|                     | Кондитерское изделие                                                 | 40          | 3,0                  | 3,92  | 29,76 | 166,8                          |
|                     | Омлет натуральный                                                    | 150         | 13,94                | 24,83 | 2,64  | 289,66                         |
|                     | Чай с сахаром, с яблоком                                             | 180/6/10    | 0,11                 | 0,06  | 6,99  | 28,7                           |
|                     | Хлеб пшеничный                                                       | 25          | 1,9                  | 0,2   | 12,31 | 58,81                          |
|                     |                                                                      |             |                      |       |       |                                |
|                     | ИТОГО                                                                |             | 58,1                 | 64,65 | 200,9 | 1627,04                        |

М/Сестра  Муртазина В.М.  
Кладовщик  Агафонова С.И.