СОГЛАСОВАНО

Заведущий
ГБДОУ № 5
_____ /Павловская Л.П./

# МЕНЮ

**2 октября 2026 г.**

## Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Завтрак** | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 3.4 | 5 | 24.6 | 157 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 0.1 | | 8.8 | 36 |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1.6 | 0.6 | 25.7 | 113 |
| **Итого** | | **5.1** | **5.6** | **59.1** | **306** |
| **II Завтрак** | | | | | |
| РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5% | 180 | 5.2 | 7.2 | 7.6 | 97 |
| **Итого** | | **5.2** | **7.2** | **7.6** | **97** |
| **Обед** | | | | | |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ) | 60 | 0.7 | 0.1 | 2.5 | 16 |
| РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 200 | 3.7 | 8 | 10 | 129 |
| ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 80 | 11.3 | 8.1 | 2.1 | 142 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 140 | 4.9 | 4.8 | 31.3 | 188 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2 | 0.3 | 12.7 | 61 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ) | 180 | 0.1 | 0.1 | 9.4 | 39 |
| **Итого** | | **24.2** | **22** | **78.3** | **627** |
| **Полдник** | | | | | |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 16.5 | 16.5 | 18.6 | 290 |
| 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 | 0.2 | 0.1 | 22.1 | 91 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.5 | 46 |
| **Итого** | | **19.9** | **17.8** | **69** | **520** |
| **Всего** | | **54.4** | **52.6** | **214** | **1550** |

зам.зав. по АХР _____ Тарасова О.К.