

"Утверждаю":

Руководитель учреждения:

А.А. Ковалева Н.Р.

# МЕНЮ

на "02" марта 2026 г.

| Прием пищи<br>Наименование блюда | Масса порции, гр. | Пищевые вещества, гр. |       |           | Энерг. ценность, ккал | Цена |
|----------------------------------|-------------------|-----------------------|-------|-----------|-----------------------|------|
|                                  |                   | Белки                 | Жиры  | Угле-воды |                       |      |
| <b>Завтрак</b>                   |                   |                       |       |           |                       |      |
| каша "Дружба" молочная           | 180               | 6,92                  | 10,18 | 16,34     | 160,84                |      |
| чай с сахаром                    | 180               | 1,8                   | 1,6   | 14,4      | 87                    |      |
| бутерб. с маслом                 | 40                | 2,3                   | 7,5   | 14,7      | 116,4                 |      |
| булгур                           |                   |                       |       |           |                       |      |
| сок (облепиховый)                | 200               | 1,5                   | -     | 25,6      | 97,2                  |      |
| <b>Обед</b>                      |                   |                       |       |           |                       |      |
| суп из картофеля с морковью      | 200               | 7,56                  | 6,48  | 5,04      | 145,96                |      |
| картофель                        | 70                | 4,06                  | 3,48  | 1,2       | 182                   |      |
| салат из овощей                  | 130               | 5,2                   | 1,1   | 33,0      | 156,26                |      |
| каша гречневая                   | 180               | 0,4                   | -     | 23,6      | 84,6                  |      |
| чай с сахаром                    | 50/65             | 1,46                  | 0,43  | 14,75     | 66                    |      |
| <b>Ужин</b>                      |                   |                       |       |           |                       |      |
| салат                            | 130               | 6,8                   | 9,23  | 20,84     | 224                   |      |
| чай с сахаром                    | 180               | 0,3                   | -     | 15,2      | 55                    |      |
| <b>Итого</b>                     |                   |                       |       |           |                       |      |
|                                  |                   | 40,5                  | 43,0  | 105,54    | 1374,26               |      |

Повар:

А.А. Ковалева

Воспитатель:

А.А. Ковалева