



Утверждаю

Л.Н Посторнак

Меню на 14.09.2026

Наименование блюда	Норма в гр.			
	Ясли	Ккал	Сад	Ккал
Завтрак				
Каша пшенная	130	174	150	201,1
Хлеб с сыром	30/10	70,5/34,3	40/14	94/59,8
Какао	180	111,5	200	125,7
Второй завтрак				
Молоко	150	80,23	170	91,23
Обед				
Сельдь с луком и маслом	40	93,3	60	140
Суп «Шахтерский»	180	103,68	200	115,2
Жаркое «По-Домашнему»	160	218,62	200	241,36
Хлеб	35	70,7	45	90,9
Компот с/фр	180	64,37	200	77,75
Уплотненный полдник				
Нарезка из свежих огурцов	40	5,6	60	8,4
Голубцы ленивые	50/30	97,6	70/30	114,1
Напиток из шиповника	180	38	200	48,61
Хлеб	35	82,25	45	105,75
Макароны с маслом	110	149	140	189,5
Фрукт	130	66,81	150	77,09