



УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ «Детский сад № 127» М.В. Жатухина

МЕНЮ
приготавливаемых блюд

15.01.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда если	Вес блюда сад				Энергетическая ценность, ккал.
Завтрак	Бутерброд с джемом	20/10/20	20/10/20				180
	Каша молочная Дружба жидкая с маслом	150/5	150/5				128
	Чай с молоком	150	150				89
	Итого за завтрак	355	385				399
2 Зав-к	Йогурт	100	100				118
	Итого	100	100				158
Обед	Салат из картоф.с зел.горош	40	40				56
	Борщ из свежей капусты с картоф и сметаной	150/10	200/10				96
	Макаронник с мясом	120	120				205
	Компот из ягод замор.	150	150				73
	Батон		20				70
	Хлеб ржаной	35	35				87
	Итого за обед	460	525				647
Полдник	Биточки рыбные запеченные	60	60				111
	Сок фруктовый	150	150				63
	Батон	20	20				70
	Пюре картофельное	100	100				70
	Итого за полдник	385	415				479
Итого	Среднее значение	1300	1425				1683

Рекомендации на ужин:

Пирожок с яблоками, чай с сахаром

Воспитатель