

МЕНЮ-ИНФОРМАЦИЯ  
на «12» марта 2026 г.



УТВЕРЖДАЮ  
ЗАВЕДУЮЩАЯ МБДОУ № 39  
Кузина Елена Юрьевна  
«12» марта 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход порций		Энергетическая ценность, ккал	
		ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная	150	180	139	195
	Чай с молоком	180	180	99	99
	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/9	30/5/12	120,06	143,6
<b>Итого за завтрак</b>		<b>374</b>	<b>407</b>	<b>358.6</b>	<b>437,6</b>
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Банан	100	100	95	95
ОБЕД	Суп гороховый с гречками на м/к бульоне	150	180	98,84	120,77
	Суфле из курицы	60	80	170.19	192.8
	Картофельное пюре	120	130	118	148
	Салат из квашенной капусты с луком.	40	60	36.3	46.5
	Компот из св. фруктов	150	180	99	115
	Хлеб ржаной	20	30	42.8	46.2
<b>Итого за обед</b>		<b>540</b>	<b>580</b>	<b>565.13</b>	<b>669.27</b>
ПОЛДНИК	Кефир	180	200	90	120
	Хлеб пшеничный	30	50	68,7	114,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>210</b>	<b>250</b>	<b>158.7</b>	<b>234.5</b>
УЖИН	Капуста тушеная с мясом	180	200	237.4	289
	Яйцо	40	40	63	63
	Чай с лимоном	180	200	30.51	33.9
	Хлеб ржаной	20	20	42.8	42.8
<b>Итого за ужин</b>		<b>420</b>	<b>460</b>	<b>373.71</b>	<b>428.7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1644</b>	<b>1797</b>	<b>1551.14</b>	<b>1865.07</b>

МЕНЮ СОСТАВЛЕНО: медсестра  
(должность)

(подпись)

Федосейкина Н.В.  
(Ф.И.О.)