

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

МЕНЮ-ИНФОРМАЦИЯ
 на «20» марта 2026 г.

| При ем пищ и | Наименование блюда | Выход порций | | Энергетическая ценность, ккал | |
|-----------------------|---------------------------------|--------------|------|----------------------------------|---------|
| | | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | Каша пшённая молочная | 150 | 150 | 110.98 | 164.08 |
| | Яйцо | 40 | 40 | 63 | 63 |
| | Чай с лимоном | 180 | 180 | 30,51 | 30,51 |
| | Бутерброд с маслом | 30/5 | 40/5 | 92.06 | 143.6 |
| Итого за завтрак | | 405 | 445 | 296.55 | 401.19 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | Яблоко | 100 | 100 | 44 | 44 |
| ОБЕД | Щи с капустой на м/к бульоне | 150 | 180 | 98 | 121.57 |
| | Суфле из курицы | 60 | 80 | 170.19 | 192.8 |
| | Картофельное пюре | 120 | 130 | 95.3 | 125 |
| | Огурец консервированный | 30 | 50 | 6.3 | 10.5 |
| | Компот из свежих фруктов | 150 | 180 | 80.5 | 96.6 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 85.76 | 115.73 |
| Итого за обед | | 550 | 670 | 536.05 | 662.2 |
| ПОЛД НИК | Кисель | 150 | 200 | 75 | 126 |
| | Ватрушка с повидлом | 60 | 60 | 144 | 144 |
| Итого за полдник | | 210 | 260 | 219 | 270 |
| УЖИН | Винегрет | 120 | 150 | 85.32 | 127.7 |
| | Рыба припущенная | 60 | 80 | 76.48 | 111.2 |
| | Сок фруктовый | 200 | 200 | 119.5 | 119.5 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 68.7 | 91.6 |
| Итого за ужин | | 410 | 470 | 350 | 450 |
| Итого за день | | 1675 | 1945 | 1445.6 | 1827.39 |

МЕНЮ СОСТАВЛЕНО: медсестра
 (должность)

(подпись)

Федосейкина Н.В.
 (Ф.И.О.)