

Утверждаю

Заведующий МБДОУ детский сад №141

/ А.В. Анисимова

24.09.2026 г

МЕНЮ

на 28.09.2026 г

День: 3 среда	Неделя: первая		
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром и сливочным маслом	200	197,0
	Кофейный напиток с молоком	180	91,0
	Хлеб пшеничный	30	78,0
	Масло сливочное	7	46,2
	Итого:		412,2
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	42,4
Обед	Суп крестьянский со сметаной	200	76,4
	Гуляш из отварного мяса	40/30	110,25
	Греча отварная	130	211,7
	Компот из сухофруктов	180	103,0
	Хлеб ржаной	15	25,6
	Итого:		610,55
Полдник	Кисломолочный напиток	180	101,0
	Булочка домашняя	70	250,1
	Итого:		351,1
Ужин	Омлет натуральный	80	148,0
	Чай черный с сахаром	180	48,0
	Хлеб ржаной	20	34,1
	Итого:		358,95
Итого за день			1775,2