



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ
 Детский сад №69
 Пожарова М.В

Меню

«14» мая 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным и сахаром	150/200	4,25	4,95	34,8	201,25
	Какао с молоком	150/180	3,67	3,19	15,82	107
	Батон нарезной	30/40	3	1,2	20,6	114,4
	Масло сливочное	5/5	0,04	4,2	0,07	33
2 завтрак	Сок	100/100	0,4	0,4	31	130
Обед	Борщ со сметаной на курином бульоне	150/200	1,9	4,03	10,2	85
	Запеканка картофельная с куриным мясом	120/160	12,13	9,5	25,7	237
	Соус молочный	30/30	0,8	2,8	2,9	39,96
	Компот из сухофруктов	150/180	0,7	0,018	25	101,7
	Хлеб ржаной	20/20	0,90	0,30	5,20	28,00
Полдник	Чай с лимоном	150/180	4,35	3,75	6,00	75,00
	Булочка школьная	75/75	6,3	2,4	41,9	215
Ужин	Запеканка рисовая с творогом	150/150	9,1	7,47	49,86	303
	Чай с сахаром	150/180	0,1	0,018	6,3	25,75
	Повидло	30/30	0,17		21,48	86,5