Согласованно заведующий структурного подразделения Детский сад с. Верх-Инъва Ковыляева Ю. В.

# Меню на 16.10.2026г.

| №рецептуры | Прием пищи наименование бдюд | выход | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | | | | | |
| | Каша манная вязкая | 200/5 | 7,73 | 11,44 | 35,60 | 279,23 | |
| | Чай с сахаром | 200гр | 0,00 | 0,00 | 15,04 | 60,12 | |
| | Хлеб пшеничный с маслом сливочным | 40/5 | 3,07 | 6,09 | 19,73 | 146,36 | |
| | **II завтрак** | | | | | | |
| | Сок фруктовый | 100гр | 0,50 | 0,10 | 10,1 | 46,00 | |
| | **Обед** | | | | | | |
| | Салат картофельный с зеленым горошком | 60гр. | 1,81 | 8,67 | 4,30 | 92,56 | |
| | Борщ из свежей капусты | 200гр | 1,22 | 4,07 | 7,23 | 71,89 | |
| | Тефтели мясные | 70гр. | 9,03 | 7,95 | 5,75 | 130,70 | |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150гр | 8,55 | 7,84 | 7,38 | 257,74 | |
| | Соус томатный | 40 гр. | 0,43 | 1,49 | 2,77 | 26,76 | |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200гр | 0,56 | 0,00 | 27,40 | 111,84 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 50гр | 3,30 | 0,60 | 17,7 | 87,00 | |
| | **Полдник** | | | | | | |
| | Вафли | 40гр | 1,12 | 1,32 | 30,92 | 141,6 | |
| | Какао с молоком | 200гр | 2,61 | 0,45 | 25,95 | 118,29 | |
| | | | | | | | |