

**МЕНЮ**  
**26 января 2026 г.**

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ № 03/6	200	6,41	6,74	28,42	200,75
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ б/м (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 07/3	180	4,12	4,36	15,03	116,91
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	39	2,88	0,23	18,94	89,42
Итого		13,41	11,33	62,39	407,08
II Завтрак					
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ № 07/18	180	0,87	0,17	17,63	75,08
Итого		0,87	0,17	17,63	75,08
Обед					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 01/6	200	6,48	10,42	7,68	150,21
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ Б/М (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 02/21	200	15,85	17,07	20,59	299,17
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ Б/М (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 07/8	180	0,52	0,00	18,23	72,61
ХЛЕБ РЖАНО-ЗАВАРНОЙ 06/2	50	3,31	0,44	21,19	101,98
Итого		26,16	27,93	67,69	623,97
Уплотненный полдник					
ПРЯНИКИ № 06/10	30	1,77	1,41	22,50	109,80
ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ №02/47	130	2,96	4,23	16,03	115,17
ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ Б/М (аллергики)	130	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ №02/49	80	11,97	4,36	4,71	105,93
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ Б/М (аллергики)	80	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ №07/2	180	2,58	2,72	13,53	89,58
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	32	2,35	0,19	15,45	72,92
Итого		21,63	12,91	72,22	493,40
Всего		62,07	52,34	219,93	1 599,53