МЕНЮ

29 ОКТЯБРЯ 2026 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	155		6,0	6,7	28,7	189,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180				8,2	33,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30		1,8	6,3	11,4	102,9
			7,8	**13,0**	**48,3**	**325,1**
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,5	0,5	21,0	96,0
			1,5	**0,5**	**21,0**	**96,0**
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/7		7,7	15,1	10,9	209,5
РЫБА ОТВАРНАЯ	50		9,2	3,4	0,4	65,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110		2,4	3,6	18,8	109,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (КРАСНАЯ СМОРОДИНА)	180		0,2	0,1	16,7	70,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			24,0	**29,9**	**60,5**	**590,6**
Полдник						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	110/5		3,8	4,4	26,8	158,4
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30		7,0	8,9		109,2
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,9	3,0	14,9	103,2
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50		3,3	6,2	27,9	180,3
			18,0	**22,5**	**69,6**	**551,1**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**51,3**	**65,9**	**199,4**	**1 562,8**

МБОУ «Авнюгская СОШ» детский сад «Березка» Меню от 3-7 лет.

МЕНЮ

29 ОКТЯБРЯ 2026 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		7,8	8,6	37,1	244,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200				9,1	36,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40		2,4	8,4	15,2	137,3
			10,2	**17,0**	**61,4**	**418,0**
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	150		2,3	0,8	31,5	144,0
			2,3	**0,8**	**31,5**	**144,0**
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/10		8,6	16,8	12,1	233,0
РЫБА ОТВАРНАЯ	70		12,9	4,7	0,6	91,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		2,8	4,3	22,2	129,3
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (КРАСНАЯ СМОРОДИНА)	200		0,2	0,1	18,5	78,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
			30,8	**38,6**	**67,7**	**718,0**
Полдник						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	130/5		4,4	4,5	31,5	180,5
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	40		9,3	11,8		145,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,3	3,3	16,6	114,6
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50		3,3	6,2	27,9	180,3
			21,3	**25,8**	**76,0**	**621,0**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**64,6**	**82,2**	**236,6**	**1 901,0**