

**МЕНЮ**  
На 04.05.2026 г.

	Наименование блюд	Выход	
		сад	ясли
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный	150	150
	Икра кабачковая	60	40
	Чай с сахаром	180	150
	Батон йодированный, масло сливочное	20/5	15/5
	Сыр порционно	9	6
	<b>Энергетическая ценность</b>	<b>537,32</b>	<b>485,12</b>
<b>2 завтрак</b>	Напиток из дички	180	---
	Сок яблочный	---	150
	<b>Энергетическая ценность</b>	<b>78,96</b>	<b>63,00</b>
<b>Обед</b>	Овощная нарезка	50	35
	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	200/7	180/7
	Рыба тушеная с овощами	80/25	60/25
	Пюре картофельное	150	120
	Компот из сухофруктов + Витамин «С»	180	150
	Хлеб пшеничный	20	15
	Хлеб ржаной	37	30
		<b>Энергетическая ценность</b>	<b>489,06</b>
<b>Полдник</b>	Плов рисовый с яблоками	150	150
	Молоко кипячёное	180	150
	<b>Энергетическая ценность</b>	<b>338,03</b>	<b>230,51</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1443,37</b>	<b>1174,88</b>

Заведующий МДОБУ № 12  
Ст м/с



М.Н. Таркивская  
А.Р.Ахатова