

## МЕНЮ на

УТВЕРЖАЮ:

Заведующий МБДОУ ИРР – д/с «Тюльпан»

А.О.Полеева

2026г.

2026г.

| №           | Наименование приема пищи/<br>Наименование блюда | Масса порции |      | Калорийность порции |     |
|-------------|-------------------------------------------------|--------------|------|---------------------|-----|
|             |                                                 | ясли         | сад  | ясли                | сад |
| ЗАВТРАК:    |                                                 |              |      |                     |     |
| 1           | Макароны отваренные с маслом                    | 145          | 170  | 196                 | 271 |
| 2           | Корейский салат                                 | 150          | 200  | 135                 | 163 |
| 3           | Пюре (кар-кар)                                  | 25           | 25   | 50                  | 50  |
| II ЗАВТРАК: |                                                 |              |      |                     |     |
| 1           | Свежие фрукты                                   | 150          | 150  |                     |     |
| ОБЕД:       |                                                 |              |      |                     |     |
| 1           | Кар-кар с свежими овощами                       | 150          | 250  | 65                  | 108 |
| 2           | Пюре с картошкой                                | 60           | 85   | 227                 | 240 |
| 3           | Пюре картофельное                               | 120          | 180  | 130                 | 163 |
| 4           | Овощи свежие                                    | 20           | 30   |                     |     |
| 5           | Компот из фруктов                               | 150          | 200  | 30                  | 40  |
| 6           | Хлеб пшеничный                                  | 30           | 45   | 75                  | 90  |
| 7           | Хлеб ржаной                                     | 40           | 47,5 | 43                  | 80  |
| УЖИН:       |                                                 |              |      |                     |     |
| 1           | Омлет с грибами                                 | 400          | 200  | 163                 | 163 |
| 2           | Чай с сахаром                                   | 150          | 200  | 40                  | 60  |