



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ «Детский сад № 117»
Варежкина М.В.
«02» октября 2026 г.

МЕНЮ	ясли		сад	
	гр.	ккал	гр.	ккал
ЗАВТРАК				
Каша манная жидкая	150	133	200	170
Какао с молоком	180	88	200	115
Бутерброд с маслом	15	70	15	70
Калорийность за завтрак:	345	291	415	355
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок яблочный	150	70	200	91
Калорийность за второй завтрак:	150	70	200	91
ОБЕД				
Салат из свеклы с чесноком	40	43	60	56
Рассольник «Домашний»	150	70	180	88
Зразы рубленые из мяса запечен	60	125	80	152
Каша гречневая вязкая	120	109	150	178
Компот из изюма	150	52	180	66
Хлеб ржаной	20	34	30	51
Хлеб пшеничный	20	39	20	39
Калорийность за обед:	560	472	700	630
ПОЛДНИК				
Кефир	150	72	200	115
Булочка с джемом	50	146	50	146
Калорийность за полдник:	200	218	250	261
УЖИН				
Овощи тушеные	120	108	150	148
Яйцо отварное	50	63	50	63
Хлеб ржаной	10	17	20	35
Хлеб пшеничный	10	19	10	19
Чай с молоком и сахаром	160	92	180	92
Фрукт	95	70	100	98
Калорийность за ужин:	480	415	510	455
Калорийность за день:	1735	1466	2075	1792