

Заведующая МДОУ

УТВЕРЖДЕНО:
Кошель М.А.

Заведующая МДОУ

УТВЕРЖДЕНО:
Кошель М.А.МЕНЮ с 3-х до 7 лет
на 05.08.2026г

МЕНЮ до 3-х лет на 05.08.2026г

Белк и, г	Жи р, г	Углево ды, г	Энерг и.цен ность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масс а порц ии, г	Стоим ость блюда	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энерг и.цен ность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и, г	Стоим ость блюда
Завтрак №1													
5,9	6,7	29,7	202	Каша пшенная молочная	200		5,3	6,3	26	182	Каша пшенная молочная	180	
3,07	1,07	20,93	107,21	Хлеб пшеничный	50		2,45	0,85	16,74	85,76	Хлеб пшеничный	40	
1,23	1,93	14,1	80,3	Батон с повидлом	35		1,14	1,78	13,12	73,18	Батон с повидлом	30	
3,12	3,24	17,7	109,28	Чай с шиповником	180		2,65	2,75	15,04	92,88	Чай с шиповником	150	
13,32	12,94	82,43	498,79	Итого			11,54	11,68	70,9	433,82	Итого		
0,3	0	16	67		100		0,3	0	16	67		100	
0,3	0	16	67	Итого			0,3	0	16	67	Итого		
Обед													
4	7,3	9,4	122,1	Щи на к/б	250		3,2	5,8	7,5	97,7	Щи на к/б	200	
2,6	0,4	17	81,5	Хлеб ржаной	40		1,3	0,2	8,5	40,8	Хлеб ржаной	20	
13,9	14,1	15	243,5	Лапша отварная	200		10,4	10,5	11,2	182,6	Лапша отварная	150	
3,07	1,07	20,93	107,21	Бифтекс п/ф	50		2,45	0,85	16,74	85,76	Бифтекс п/ф	40	
1,22	0	26,22	109,36	Хлеб пшеничный	180		1,02	0	21,77	91,14	Хлеб пшеничный	150	
24,79	22,87	88,55	663,67	Чай(витаминизация)			18,37	17,35	65,71	498	Чай(витаминизация)		
				Итого							Итого		
Ужин													
4,9	6,7	29	200,7	Гречка отварная морковь+лук	200		4,4	6	26,1	180,6	Гречка отварная морковь+лук	180	
3,07	1,07	20,93	107,21	Баранка	20		2,45	0,85	16,74	85,76	Баранка	20	
3,2	1	1,7	12	Хлеб пшеничный	20		3,2	1	1,7	12	Хлеб пшеничный	20	
0,48	0,2	14,1	68,2	Компот сухофрукты	180		0,4	0,16	11,8	56,8	Компот сухофрукты	150	
8,07	7,77	61,63	356,01	Итого			6,93	6,85	52,59	306,36			

Составил:

Бойко Л.А.

Составил:

Бойко Л.А.