

Заведующая МЛЮ  Рошель М.А.

МЕНЮ с 3-х до 7 лет на 01.09.2026г

МЕНЮ до 3-х лет на 01.09.2026г

УТВЕРЖДЕНО

Заведующая МДОУ  
Кошеть М.А.

| Белки<br>и, г | Жиры<br>ы, г | Углево<br>ды, г | Энерг<br>ит.цен<br>ность,<br>ккал | Прием пищи, наименование<br>блюда | Масса<br>а порц<br>ии, г | Стойм<br>ость<br>блюда | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево<br>ды, г | Энерг<br>ит.цен<br>ность,<br>ккал | Прием пищи, наименование<br>блюда | Масса<br>порции,<br>г | Сто<br>мость<br>блю<br>да |
|---------------|--------------|-----------------|-----------------------------------|-----------------------------------|--------------------------|------------------------|-------------|------------|-----------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------|---------------------------|
|               |              |                 |                                   | <b>Завтрак №1</b>                 |                          |                        |             |            |                 |                                   |                                   |                       |                           |
| 6,5           | 8,3          | 27              | 210                               | Каша геркулесовая молочная        | 200                      |                        | 5,8         | 7,7        | 24              | 189                               | Каша геркулесовая молочная        | 180                   |                           |
| 3,07          | 1,07         | 20,93           | 107,21                            | Хлеб пшеничный                    | 50                       |                        | 2,45        | 0,85       | 16,74           | 85,76                             | Хлеб пшеничный                    | 40                    |                           |
| 5,25          | 11,09        | 12,02           | 171,45                            | Батон с маслом                    | 25                       |                        | 4,08        | 8,63       | 12              | 133,35                            | Батон с маслом                    | 15                    |                           |
| 4\4,2         | 3,4          | 18,8            | 123,3                             | Кофейный напиток                  | 180                      |                        | 3,5         | 2,8        | 15,6            | 102,7                             | Кофейный напиток                  | 150                   |                           |
| 19,02         | 23,86        | 78,75           | 611,96                            | <b>ИТОГО</b>                      |                          |                        | 19,78       | 68,34      | 510,81          | 1,31                              | <b>ИТОГО</b>                      |                       |                           |
| 0,3           | 0            | 16              | 67                                |                                   | 100                      |                        | 0,3         | 0          | 16              | 67                                |                                   | 100                   |                           |
| 0,3           | 0            | 16              | 67                                | <b>ИТОГО</b>                      |                          |                        | 0,3         | 0          | 16              | 67                                | <b>ИТОГО</b>                      |                       |                           |
|               |              |                 |                                   | <b>Обед</b>                       |                          |                        |             |            |                 |                                   | <b>Обед</b>                       |                       |                           |
| 4,97          | 6,19         | 21,3            | 152,84                            | Суп овощной мясо кур              | 250                      |                        | 3,93        | 4,9        | 16,84           | 120,88                            | Суп с горохом мясо кур            | 200                   |                           |
| 2,6           | 0,4          | 17              | 81,5                              | Хлеб ржаной                       | 40                       |                        | 1,3         | 0,2        | 8,5             | 40,8                              | Хлеб ржаной                       | 20                    |                           |
| 26,85         | 15,9         | 22,65           | 348,4                             | Запеканка творожная               | 150                      |                        | 21,48       | 12,72      | 18,12           | 278                               | Запеканка творожная               | 120                   |                           |
| 3,07          | 1,07         | 20,93           | 107,21                            | Хлеб пшеничный                    | 50                       |                        | 2,45        | 0,85       | 16,74           | 85,76                             | Хлеб пшеничный                    | 40                    |                           |
| 0,48          | 0,2          | 14,1            | 68,2                              | Чай с шиповником (витаминизат)    | 180                      |                        | 0,4         | 0,16       | 11,8            | 56,8                              | Чай с шиповником (витамины)       | 150                   |                           |
| 37,97         | 23,76        | 95,98           | 758,15                            | <b>ИТОГО</b>                      |                          |                        | 29,56       | 18,83      | 72              | 582,24                            | <b>ИТОГО</b>                      |                       |                           |
|               |              |                 |                                   | <b>Ужин</b>                       |                          |                        |             |            |                 |                                   | <b>Ужин</b>                       |                       |                           |
| 4,9           | 7,8          | 7,4             | 122,6                             | Суп лапша молочная                | 250                      |                        | 3,9         | 6,2        | 5,9             | 97,6                              | Суп овощной с гречками            | 200                   |                           |
| 3,07          | 1,07         | 20,93           | 107,21                            | Хлеб пшеничный                    | 50                       |                        | 2,45        | 0,85       | 16,74           | 85,76                             | Хлеб пшеничный                    | 40                    |                           |
| 1             | 0            | 22,3            | 89,5                              | Чай                               | 180                      |                        | 0,08        | 0          | 18,3            | 74,6                              | Чай                               | 150                   |                           |
| 0,085         | 2,24         | 9,13            | 60                                | Вафли                             | 20                       |                        | 0,085       | 2,24       | 9,13            | 60                                | Вафли                             | 20                    |                           |
| 8,97          | 8,87         | 50,63           | 316,31                            | <b>Итого</b>                      |                          |                        | 6,43        | 7,05       | 40,94           | 257,96                            | <b>Итого</b>                      |                       |                           |

### Составил:

Бойко Л.А.

## СОСТАВЛЯЮТ:

Бойко Л.А.