

Заведующая МДОУ

УТВЕРЖДЕНО:
Копель М.А.

МЕНЮ на 14.10.2026г



Заведующая МДОУ

УТВЕРЖДЕНО:
Копель М.А.

МЕНЮ на 14.10.2026г



Белк и, г	Жир ы, г	Углево ды, г	Энерг ит.цен ность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масс а порц ии, г	Стоим ость блюда	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энерг ит.цен ность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоим ость блюда
Завтрак №1													
5,9	6,7	29,7	202	Каша пшеничная молочная	200		5,3	6,3	26	182	Каша пшеничная 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	Какао	180		2,65	2,75	15,04	92,88	Какао	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	Суп с рисом на к/6	250		3,2	5,8	7,5	97,7	Суп с рисом на к/6	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	Бифштекс п/ф	50		2,45	0,85	16,74	85,76	Бифштекс 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													
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.