

Заведующая МДОУ

1/3 УТВЕРЖДЕНО:
 Подпись: Кошель М.А.
 Должность: Заведующая МДОУ

Заведующая МДОУ

УТВЕРЖДЕНО:
 Подпись: Кошель М.А.
 Должность: Заведующая МДОУ

МЕНЮ с 3-х до 7 лет

на 19.08.2026г

МЕНЮ до 3-х лет

на 19.08.2026г

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 порц и, 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.