

Заведующая МДОУ Кошель М.А.

МЕНЮ с 3-х до 7 лет на 21.08.2026г



Заведующая МДОУ Кошель М.А.

МЕНЮ с 3-х до 7 лет на 21.08.2026г



Белк и, г	Жир ы, г	Углево ды, г	Энерг ит.цен ность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масс а порц ии, г	Стом ость блюда	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энерг ит.цен ность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и, г	Стом мость блюда
				Завтрак №1							Завтрак №1		
6,9	6,9	33,4	223,5	Каша ячневая молочная	200		6,2	6,2	30,5	201,15	Каша ячневая 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 повидлом	45		4,08	8,63	12	133,35	Батон с повидлом	35	
0,48	0,2	14,1	68,2	Кофейный напиток	180		0,4	0,16	11,8	56,8	Кофейный напиток	150	
19,42	22,46	85,15	625,46	Итого			16,23	18,48	74,84	522,96	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							Обед		
4,6	7,8	9,8	130,2	Борщ кур. бул	250		3,68	6,24	7,84	104	Борщ кур. бул	200	
2,6	0,4	17	81,5	Хлеб ржаной	40		1,3	0,2	8,5	40,8	Хлеб ржаной	20	
8,55	7,23	41,17	270,51	Гречневый гарнир	150		7,41	6,26	35,68	234,4	Гречневый гарнир	130	
9,02	7,13	2,3	109,51	Гуляш м/кур	70		6,4	3,09	1,64	78	Гуляш м/кур	50	
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	Компот с/ф(витаминиз)	180		0,08	0	18,3	74,6	Компот с/ф(витаминиз)	150	
27,84	23,63	91,2	698,82	Итого			21,24	16,64	70,4	542,96	Итого		
				Ужин							Ужин		
3,37	6,85	18,3	148,5	Суп с гречками	250		2,25	4,57	12,2	99	Суп 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	
0,06	0,02	9,99	40	Кисель	180		0,04	0,01	6,99	28	Кисель	150	
0,085	2,24	9,13	60	Баранка	20		0,085	2,24	9,13	60	Баранка	20	
7,07	10,37	50,17	333,27	Итого							Итого		

Составил:

Бойко Л.А.

Составил:

Бойко Л.А.