

1/2 - УТВЕРЖДЕНО

Заведующая МДОУ Кошель М.А.



МЕНЮ с 3-х до 7 лет на 15.09.2026г

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующая МДОУ Кошель М.А.



МЕНЮ до 3-х лет на 15.09.2026г

| Белк и, г | Жир ы, г | Углево ды, г | Энерг ит.цен ность, ккал | Прием пищи, наименование блюда | Масс а порц ии, г | Стоим осьть блюда | Белки, г | Жиры, г | Углево ды, г | Энерг ит.цен ность, ккал | Прием пищи, наименование блюда | Масса порци и, г | Стои мость а |
|-----------|----------|--------------|--------------------------|--------------------------------|-------------------|-------------------|----------|---------|--------------|--------------------------|--------------------------------|------------------|--------------|
|           |          |              |                          | <b>Завтрак №1</b>              |                   |                   |          |         |              |                          | <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 (витаминизац) | 180               |                   | 0,4      | 0,16    | 11,8         | 56,8                     | Чай с шиповником (витамин)     | 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.

Составил:

Бойко Л.А.