

2/7

Заведующая МДОУ



УТВЕРЖДЕНО:

Заведующая МДОУ



УТВЕРЖДЕНО:

Кошелев М.А.

МЕНЮ с 3-х до 7 лет

МЕНЮ до 3-х лет

на 06.10.2026г

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 и, г	Стои мость блюда а
6,5	8,3	27	210	Каша геркулесовая молочная	200		5,8	7,5	24	189	Завтрак №1	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	Чай	180		2,65	2,75	15,04	92,88	Чай	150	
13,92	14,54	79,73	506,79	ИТОГО			12,04	12,88	68,9	440,82	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							Обед		
1,8	4,9	12,7	105,1	Щи на к/б	250		1,44	3,9	10,2	84	Щи на к/б	200	
2,6	0,4	17	81,5	Хлеб ржаной	40		1,3	0,2	8,5	40,8	Хлеб ржаной	20	
4,78	3,9	22,9	146	Ланша отварная	150		3,52	3,5	10,2	130	Ланша отварная	130	
11,52	4,62	2,84	97,2	Гуляш мясо кур	80		10,08	1,04	2,48	85,05	Гуляш мясо кур	70	
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	Чайс шиповником(витаминизац)	180		0,08	0	18,3	85,76	Чайс шиповником(витамин)	150	*
23,77	14,89	76,37	537,01	ИТОГО			18,79	12,49	58,12	425,61	ИТОГО		
				Ужин							Ужин		
1,35	2,5	8,8	63,4	Суп с гречками	250		1,08	2	7,08	50,7	Суп с гречками	200	
1,14	5,34	4,62	71,4	Компот с/ф	180		0,85	4	3,46	53,55	Компот с/ф	150	
3,07	1,07	20,93	107,21	Хлеб пшеничный	30		2,45	0,85	16,74	85,76	Хлеб пшеничный	100	
5,1	2,9	16,5	117,5	Вафли	20		5,1	2,9	16,5	117,5	Вафли	20	
6,04	9,11	48,45	310,21	ИТОГО			4,78	7,01	39,08	246,81	ИТОГО		

Составил:

Бойко Л.А.

Составил:

Бойко Л.А.