Заведующий МБДОУ «Ромашка»
Утверждаю: _____ Петрова Е.К.
Дата: «12» января 2026г

Меню

1 день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
Наименование блюда	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Суп овсяный молочный	0,150	0,160	4,35	4,64	4,11	4,38	13,93	14,86	110,10	117,44
Масло сливочное	0,003	0,003	0,00	0,00	2,18	2,18	0,040	0,04	19,8	19,8
Чай с молоком	0,150	0,160	2,65	2,83	2,33	2,49	11,31	12,06	77,00	82,13
Батон	0,027	0,027	2,9	2,9	1,20	1,20	11,80	11,80	74,00	74,00
Второй завтрак										
Яблоки свежие	0,100	0,100	0,06	0,07	0,06	0,07	15,19	16,17	68,20	72,60
Обед										
Икра кабачковая	0,030	0,040	0,03	0,03	1,41	1,88	1,71	2,28	21,24	28,32
Борщ с капустой и картофелем	0,150	0,180	2,79	3,35	7,93	9,52	16,24	19,49	147,6	177,12
Бефстроганов	0,050	0,060	5,95	7,14	7,25	8,70	3,07	3,68	102,60	123,12
Рис припущенный	0,100	0,110	2,45	2,70	2,86	3,15	24,45	26,89	133,30	146,63
Сок	0,100	0,100	0,7	0,7	0	0	14,14	14,14	59,73	59,73
Хлеб пшеничный	0,010	0,010	1,10	1,10	0,5	0,5	4,40	4,40	27,40	27,40
Хлеб ржаной	0,032	0,040	1,92	2,40	0,32	0,040	14,24	17,80	69,44	86,80
Уплотненный полдник										
Печенье	0,030	0,050	1,90	3,17	5,4	9,00	19,80	33,00	135,00	225,00
Икра овощная	0,030	0,040	0,44	0,58	0,06	0,08	1,44	1,92	9,00	12,00
Шницель рубленый	0,055	0,060	8,19	8,93	6,18	6,74	8,22	8,97	121,00	132,00
Макаронные изделия отварные с маслом	0,100	0,120	4,41	5,29	3,61	4,33	21,16	25,39	134,76	161,71
Хлеб пшеничный	0,010	0,015	1,10	1,65	0,50	0,75	4,40	6,60	27,40	41,40
Чай с лимоном	0,150	0,160	0,09	0,10	0,02	0,02	7,77	8,29	31,21	33,29
Итого за день			41,03	47,58	45,92	55,03	193,31	227,78	1368,78	1620,49
Специалист по питанию Сенив М.В.										
Повар Бибик О.С.										