Заведующий МБДОУ «Ромашка»

Утверждаю Петрова Е.К.

Дата: «15» января 2026 г.

4 день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Суп гречневый молочный	0,160	0,180	4,64	5,22	4,38	4,93	14,86	16,72	117,44	132,12
Масло сливочное	0,003	0,003	0,00	0,00	2,18	2,18	0,04	0,04	19,80	19,80
Сыр твердый	0,010	0,015	2,66	3,99	2,63	3,95	0,00	0,00	34,00	51,00
Кофейный напиток с молоком сгущённым	0,150	0,180	2,15	2,58	1,46	1,75	15,50	18,60	84,00	100,80
Батон	0,020	0,027	2,10	2,90	0,90	1,20	8,70	11,80	54,80	74,00
Второй завтрак										
Сок яблочный	0,165	0,165	0,83	0,83	0,00	0,00	16,67	16,67	70,40	70,40
Обед										
Икра кабачковая	0,030	0,050	0,30	0,40	1,65	2,35	1,82	2,85	23,90	35,40
Щи из свежих овощей	0,180	0,180	2,90	2,90	4,90	4,90	8,64	8,64	76,10	76,10
Жаркое по-домашнему	0,130	0,140	8,38	9,02	6,86	7,39	20,87	22,48	183,37	197,48
Компот из сухофруктов	0,140	0,160	0,31	0,35	0,01	0,02	19,44	22,22	79,10	90,40
Хлеб пшеничный	0,010	0,010	1,10	1,10	0,50	0,50	4,40	4,40	27,40	27,40
Хлеб ржаной	0,032	0,040	1,92	2,40	0,32	0,40	14,24	17,80	69,44	86,80
Полдник										
Булочка дорожная	0,050	0,050	3,39	3,39	6,98	6,98	26,07	26,07	181,00	181,00
Компот из яблок	0,160	0,160	0,13	0,13	0,13	0,13	19,10	19,10	78,08	78,08
Огурцы соленые	0,030	0,030	0,35	0,35	0,01	0,01	1,15	1,15	7,20	7,20
Кнели рыбные	0,060	0,070	8,18	9,55	2,51	2,92	3,34	3,89	68,25	79,63
Каша пшенная вязкая	0,100	0,110	2,75	3,03	3,14	3,45	15,76	17,34	102,58	112,84
Хлеб пшеничный	0,010	0,020	1,10	2,10	0,50	0,90	4,40	8,70	27,40	54,80
итого			42,376	49,423	39,040	43,935	195,001	218,459	1304,262	1475,243
Специалист по питанию Сенив М.В.										
Повар Коптева С.А.										