Заведующий МБДОУ «Ромашка»

Утверждаю: Петрова Е.К.

Дата «04» февраля 2026 г.

Меню

8 день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Суп молочный с макаронными изделиями	0,160	0,180	4,64	5,18	4,38	4,69	14,86	16,95	117,44	130,68
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
Батон	0,027	0,030	2,90	3,30	1,20	1,50	11,80	13,20	74,00	82,20
Чай с молоком	0,160	0,180	2,37	2,67	2,08	2,34	12,72	14,31	79,11	89,00
Второй завтрак										
Сок яблочный	0,175	0,175	0,88	0,88	0,00	0,00	17,68	17,68	74,66	74,66
Обед										
Огурцы соленые	0,030	0,050	0,35	0,58	0,01	0,01	1,15	1,92	7,20	12,00
Щи из свежей капусты с картофелем	0,180	0,200	1,25	1,39	3,52	3,91	6,11	6,79	61,02	67,80
Плов из птицы	0,140	0,180	14,31	18,40	13,13	16,88	23,79	30,59	270,67	348,00
Кисель из кураги	0,150	0,160	0,69	0,74	0,05	0,05	21,44	22,87	88,80	94,72
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										
Бисквитный рулет с повидлом	0,050	0,070	3,50	4,90	2,78	3,89	31,78	44,49	168,89	236,45
Компот из плодов или ягод свежих	0,170	0,180	0,14	0,14	0,14	0,14	20,30	21,49	82,96	87,84
Икра кабачковая (сезон)	0,040	0,060	0,40	0,60	2,20	3,30	2,43	3,65	31,86	47,80
Рыба тушеная с овощами	0,100	0,120	9,57	11,48	4,82	5,78	2,57	3,08	91,67	110,00
Пюре картофельное	0,100	0,110	2,25	2,25	3,52	3,52	14,99	14,99	100,65	100,65
Хлеб пшеничный	0,010	0,020	1,10	2,10	0,50	0,90	4,40	8,70	27,40	54,80
Итого			**50,023**	**62,099**	**43,934**	**53,931**	**204,694**	**242,942**	**1426,971**	**1721,595**
Специалист по питанию Сенив М.В.										
Повар Коптева С.А.										