Заведующий МБДОУ «Ромашка»
Утверждаю: Петрова Е.К.
«06» февраля 2026 г

Меню

| 10 день | Выход | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | Ккал | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | |
| Суп манный 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 | 0,04 | 0,04 | 19,80 | 19,80 |
| Батон | 0,027 | 0,027 | 2,90 | 2,90 | 1,20 | 1,20 | 11,80 | 11,80 | 74,00 | 74,00 |
| Чай с молоком | 0,170 | 0,180 | 2,52 | 2,67 | 2,21 | 2,34 | 13,52 | 14,31 | 84,06 | 89,00 |
| **Второй завтрак** | | | | | | | | | | |
| Кефир | 0,150 | 0,150 | 4,35 | 4,35 | 3,75 | 3,75 | 6,00 | 6,00 | 75,00 | 75,00 |
| **Обед** | | | | | | | | | | |
| Огурцы соленые | 0,030 | 0,050 | 0,35 | 1,49 | 0,01 | 2,59 | 1,15 | 3,13 | 7,20 | 41,80 |
| Суп картофельный с крупой | 0,150 | 0,180 | 1,51 | 1,81 | 1,67 | 2,00 | 10,20 | 12,24 | 61,95 | 74,34 |
| Бефстроганов | 0,050 | 0,060 | 5,95 | 7,14 | 7,25 | 8,70 | 3,07 | 3,68 | 102,60 | 123,12 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 0,100 | 0,120 | 3,66 | 4,40 | 2,81 | 3,37 | 17,85 | 21,43 | 110,00 | 132,00 |
| Компот из свежих плодов | 0,150 | 0,180 | 0,12 | 0,14 | 0,12 | 0,14 | 17,91 | 21,49 | 73,20 | 87,84 |
| Хлеб пшеничный | 0,010 | 0,020 | 1,10 | 2,20 | 0,50 | 1,00 | 4,40 | 8,80 | 27,40 | 54,80 |
| Хлеб ржаной | 0,032 | 0,040 | 1,92 | 2,40 | 0,32 | 0,40 | 14,24 | 17,80 | 69,44 | 86,80 |
| **Полдник** | | | | | | | | | | |
| Кекс творожный | 0,050 | 0,060 | 4,71 | 4,71 | 7,42 | 7,42 | 25,03 | 25,03 | 186,00 | 186,00 |
| Икра кабачковая | 0,030 | 0,050 | 0,30 | 0,50 | 1,65 | 2,75 | 1,82 | 3,04 | 23,90 | 39,83 |
| Пудинг из говядины | 0,050 | 0,060 | 11,75 | 14,10 | 3,87 | 4,64 | 0,55 | 0,66 | 83,75 | 100,50 |
| Картофель в молоке | 0,100 | 0,110 | 2,35 | 2,58 | 2,48 | 2,73 | 13,16 | 14,48 | 84,40 | 92,84 |
| Чай с лимоном | 0,150 | 0,160 | 0,09 | 0,10 | 0,02 | 0,02 | 7,76 | 8,28 | 31,22 | 33,30 |
| Хлеб пшеничный | 0,010 | 0,030 | 1,10 | 3,30 | 0,50 | 1,50 | 4,40 | 13,20 | 27,40 | 82,20 |
| **итого** | | | 49,034 | 59,431 | 42,046 | 51,107 | 166,835 | 200,264 | 1251,416 | 1510,615 |
| ***Специалист по питанию Сенив М.В.*** | | | | | | | | | | |
| ***Повар Коптева С.А.*** | | | | | | | | | | |