Заведующий МБДОУ «Ромашка»
Утверждаю: _____ Петрова Е.К.
«06» марта 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 яблок	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.										