Заведующий МБДОУ» Ромашка»
Утверждаю _____ Е.К.Петрова
Дата: «16» марта 2026 г
Меню

6 день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Суп пшенный молочный	0,150	0,180	4,35	5,22	4,11	4,93	13,93	16,72	110,10	132,12
Сыр твердый	0,010	0,015	2,66	3,99	2,63	3,95	0,00	0,00	34,00	51,00
Масло сливочное	0,003	0,003	0,00	0,00	2,18	2,18	0,04	0,04	19,80	19,80
Чай с молоком	0,160	0,180	2,37	2,67	2,08	2,34	12,72	14,31	79,11	89,00
Батон	0,025	0,025	2,07	2,07	0,86	0,86	8,43	8,43	52,86	52,86
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	0,040	0,30	0,40	1,65	2,20	1,82	2,43	23,90	31,86
Борщ	0,160	0,180	1,61	1,81	3,10	3,48	6,99	7,87	60,00	67,50
Зразы рыбные	0,060	0,080	8,06	10,75	4,0	5,33	9,03	12,04	104,00	138,67
Пюре картофельное	0,100	0,110	2,75	3,03	0,11	3,45	0,50	17,34	0,65	112,84
Кисель из кураги	0,140	0,160	0,62	0,71	0,04	0,05	20,01	22,86	82,88	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										
Печенье	0,040	0,060	2,53	3,80	7,20	10,80	26,40	39,60	180,00	270,00
Огурцы соленые	0,030	0,040	0,35	0,47	0,01	0,01	1,15	1,53	7,20	9,60
Биточки рубленные	0,045	0,050	6,99	7,77	0,03	0,04	0,06	0,07	0,65	0,72
Каша рисовая рассыпчатая	0,100	0,110	5,74	6,31	4,06	4,47	25,76	28,34	162,50	178,75
Чай с лимоном	0,150	0,160	0,09	0,10	0,02	0,02	7,76	8,28	31,32	33,30
Хлеб пшеничный	0,010	0,020	1,10	2,10	0,50	0,90	4,40	8,70	27,40	54,80
итого			41,583	54,736	34,237	45,957	173,273	225,077	1144,977	1509,947
Специалист по питанию Сенив М.В.										
Повар Коптева С.А.										