Заведующий МБДОУ «Ромашка»
Утверждаю: Петрова Е.К.
Дата: «12» мая 2026 г.

Меню

7 день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Пудинг из творога (запеченный)	0,195	0,225	29,52	34,07	20,99	24,21	47,46	54,77	495,30	571,50
Молоко сгущённое	0,020	0,040	1,83	2,03	1,63	1,81	3,02	3,36	34,00	37,78
Батон	0,027	0,030	2,90	3,30	1,20	1,50	11,80	13,20	74,00	82,20
Масло сливочное	0,003	0,003	0,00	0,00	2,18	2,18	0,04	0,04	19,80	19,80
Какао с молоком	0,150	0,180	3,15	3,67	2,72	3,19	12,96	15,82	89,00	107,00
Второй завтрак										
Простокваша	0,180	0,180	5,22	5,22	4,50	4,50	7,38	7,38	91,00	91,00
Обед										
Икра свекольная	0,030	0,040	0,34	0,45	3,41	4,55	3,15	4,20	45,41	60,55
Рассольник ленинградский	0,160	0,200	1,34	1,68	3,27	4,09	10,61	13,27	77,28	96,60
Оладьи из печени	0,085	0,110	65,54	84,81	9,22	11,94	3,20	4,15	160,97	208,32
Картофель отварной	0,100	0,110	1,91	2,10	2,88	3,17	15,35	16,88	94,90	104,39
Компот из свежих яблок	0,160	0,180	0,13	0,14	0,13	0,14	19,10	21,49	78,08	87,84
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										
Рогалик с повидлом	0,050	0,070	3,07	4,30	2,36	3,30	25,31	35,44	134,94	188,91
Огурцы соленые	0,050	0,050	0,58	0,58	0,01	0,01	1,92	1,92	12,00	12,00
Котлеты с яблоками	0,050	0,060	6,81	8,17	5,69	6,82	5,16	6,20	99,16	119,00
Каша пшеничная 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	0,180	0,09	0,11	0,02	0,02	7,76	9,32	31,22	37,46
Хлеб пшеничный	0,010	0,020	1,10	2,10	0,50	0,90	4,40	8,70	27,40	54,80
итого			132,29	165,54	65,59	77,70	223,02	266,68	1823,80	2172,10
Специалист по питанию Сенив М.В.										
Повар Коптева С.А.										