Заведующий МБДОУ «Ромашка»
Утверждаю _____ Петрова Е.К.
«04» июня 2026 г

Меню

4 день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Суп рисовый молочный	0,150	0,150	4,35	4,35	4,11	4,11	13,93	13,93	110,10	110,10
Масло сливочное	0,003	0,003	0,00	0,00	2,18	2,18	0,04	0,04	19,8	19,8
Батон	0,027	0,027	2,90	2,90	1,20	1,20	11,8	11,8	74,00	74,00
Яйцо вареное	0,040	0,040	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,00	63,00
Чай с молоком	0,150	0,180	2,65	3,18	2,33	2,80	11,31	13,57	77,00	92,40
Второй завтрак										
Кефир	0,150	0,180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,00	7,20	75,00	90,00
Обед										
Огурцы свежие	0,032	0,042	0,35	0,47	0,01	0,01	1,15	1,53	7,20	9,60
Суп картофельный/ Рассольник ленинградский	0,150	0,180	19,10	1,51	27,33	3,68	15,57	11,94	385,01	86,94
Котлеты рубленые	0,065	0,085	9,32	12,44	7,07	9,24	9,64	12,56	139,00	183,00
Каша пшеничная вязкая	0,100	0,110	2,75	3,03	0,11	3,45	0,50	17,34	0,65	112,84
Кисель из плодов шиповника	0,140	0,160	0,17	0,19	0,08	0,09	19,26	22,02	78,40	89,60
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										
Коржики молочные	0,040	0,040	2,61	2,61	0,07	4,50	0,22	24,79	0,24	149,87
Рыбная котлета	0,050	0,070	6,57	9,20	2,14	3,00	3,93	5,50	52,79	73,90
Пюре картофельное	0,100	0,110	2,04	2,25	3,20	3,52	13,63	14,99	91,50	100,65
Соус сметанный	0,040	0,050	0,56	0,70	2,00	2,50	2,35	2,93	29,64	37,05
Чай с лимоном	0,150	0,160	0,09	0,10	0,03	0,02	77,70	8,29	0,60	33,29
Хлеб пшеничный	0,010	0,020	1,10	2,10	0,50	0,90	4,40	8,70	27,40	54,80
Итого			67,01	58,83	61,53	51,20	210,35	199,61	1328,17	1495,04
Специалист по питанию Сенив М.В.										
Повар Коптева С.А.										