Заведующий МБДОУ «Ромашка»
Утверждаю: Петрова Е.К.
Дата: «15» июня 2026г

Меню

1 день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
Наименование блюда	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Суп гречневый 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	0,040	0,04	19,8	19,8
Яйца вареные	0,040	0,040	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,0	63,0
Чай с молоком	0,150	0,160	2,65	2,83	2,33	2,49	11,31	12,06	77,00	82,13
Батон	0,027	0,027	2,9	2,9	1,20	1,20	11,80	11,80	74,00	74,00
Второй завтрак										
Яблоки свежие	0,155	0,160	0,06	0,07	0,06	0,07	15,19	16,17	68,20	72,60
Обед										
Икра кабачковая	0,030	0,040	0,03	0,03	1,41	1,88	1,71	2,28	21,24	28,32
Борщ с капустой и картофелем	0,150	0,180	2,79	3,35	7,93	9,52	16,24	19,49	147,6	177,12
Оладьи из печени	0,080	0,100	14,15	17,69	8,68	10,85	3,04	3,80	151,5	189,38
Рис припущенный	0,100	0,110	2,45	2,70	2,86	3,15	24,45	26,89	133,30	146,63
Сок яблочный	0,140	0,140	0,7	0,7	0	0	14,14	14,14	59,73	59,73
Хлеб пшеничный	0,010	0,010	1,10	1,10	0,5	0,5	4,40	4,40	27,40	27,40
Хлеб ржаной	0,032	0,040	1,92	2,40	0,32	0,040	14,24	17,80	69,44	86,80
Уплотненный полдник										
Зефир	0,030	0,050	1,90	3,17	5,4	9,00	19,80	33,00	135,00	225,00
Огурцы свежие	0,030	0,040	0,44	0,58	0,06	0,08	1,44	1,92	9,00	12,00
Шницель рубленый	0,055	0,060	8,19	8,93	6,18	6,74	8,22	8,97	121,00	132,00
Макаронные изделия отварные с маслом	0,100	0,120	4,41	5,29	3,61	4,33	21,16	25,39	134,76	161,71
Хлеб пшеничный	0,010	0,015	1,10	1,65	0,50	0,75	4,40	6,60	27,40	41,40
Чай с лимоном	0,150	0,160	0,09	0,10	0,02	0,02	7,77	8,29	31,21	33,29
Итого за день			**52,41**	**63,206**	**46,55**	**62,128**	**173,76**	**228,180**	**1345,69**	**1749,459**
Специалист по питанию Сенив М.В.										
Повар Коптева С.А.										