Заведующий МБДОУ «Ромашка»
Утверждаю: Петрова Е.К.
«02» сентября 2026 г.

Меню

3 день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Каша вязкая молочная рисовая на сгущенном молоке	0,180	0,200	5,04	5,60	6,30	7,00	25,20	28,00	171,00	190,00
Масло сливочное	0,005	0,005	0,04	0,04	3,63	3,63	0,07	0,07	33,00	33,00
Хлеб пшеничный	0,020	0,030	1,60	2,37	0,20	0,30	9,70	14,49	46,80	70,14
Сыр твердый	0,010	0,015	2,32	3,48	2,95	4,43	0,00	0,00	36,00	54,00
Чай с лимоном	0,150	0,180	0,07	0,09	0,02	0,03	7,1	9,54	29,00	38,97
Второй завтрак										
Яблоко свежее	0,100	0,100	1,00	1,00	1,00	1,00	24,60	24,60	110,00	110,00
Обед										
Помидоры свежие	0,040	0,050	0,66	0,88	0,12	0,15	2,28	2,85	13,20	16,50
Суп-лапша с мясными консервами (тушенка куриная)	0,150	0,180	4,50	5,40	6,30	7,56	9,75	11,70	111,00	133,20
Подлива с мясом (из тушенки куриной)	0,100	0,120	6,50	7,80	9,80	11,80	4,20	5,20	130,00	156,00
Пюре картофельное	0,120	0,130	2,98	3,23	4,24	4,59	16,36	17,72	109,8	118,95
Компот из яблок свежих	0,150	0,180	0,27	0,36	0,03	0,04	20,82	27,76	85,35	113,80
Хлеб пшеничный	0,020	0,030	1,60	2,37	0,20	0,30	9,70	14,49	46,80	70,14
Хлеб ржаной	0,020	0,030	1,38	2,07	0,24	0,36	8,48	12,72	42,80	64,20
Полдник										
Омлет натуральный	0,100	0,120	2,00	2,40	3,92	4,71	0,38	0,46	45,08	54,09
Икра кабачковая (консервированная)	0,040	0,050	1,09	1,37	2,88	3,59	5,82	7,27	53,50	66,90
Сок яблочный	0,150	0,180	0,75	0,90	0,00	0,00	15,15	18,18	64,00	76,00
Хлеб пшеничный	0,020	0,030	1,60	2,37	0,20	0,30	9,70	14,49	46,80	70,14
Итого			5,44	7,04	7,00	8,60	31,05	38,38	148,38	194,73
Специалист по питанию Сенив М.В.										
Повар Коптева С.А.										