**Заведующий МБДОУ (ясли-сад) №1 «Ромашка»**

**г. Красноперекопска Республики Крым**

Утверждаю: Петрова Е.К.

Дата: «07» сентября 2026г

Меню

| 6 день | Выход | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | Ккал | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Наименование блюда | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ***Завтрак*** | | | | | | | | | | |
| Каша манная жидкая молочная (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 |
| Печенье | 0,020 | 0,030 | 1,50 | 2,30 | 3,40 | 5,10 | 13,40 | 20,10 | 90,00 | 135,00 |
| Чай с лимоном | 0,150 | 0,180 | 0,07 | 0,09 | 0,02 | 0,03 | 7,10 | 9,54 | 29,00 | 38,97 |
| Хлеб пшеничный | 0,020 | 0,030 | 1,60 | 2,37 | 0,20 | 0,30 | 9,70 | 14,49 | 46,80 | 70,14 |
| *Итого* | | | *8,25* | *10,40* | *13,55* | *16,06* | *55,47* | *72,20* | *369,80* | *467,11* |
| ***Второй завтрак*** | | | | | | | | | | |
| Яблоки свежие | 0,100 | 0,100 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 24,60 | 24,60 | 110,00 | 110,00 |
| *Итого* | | | *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 картофельный с горохом (тушенка куриная) | 0,150 | 0,180 | 3,29 | 3,95 | 3,16 | 3,79 | 9,79 | 11,75 | 80,85 | 97,02 |
| Плов из тушенки говяжьей | 0,160 | 0,180 | 9,60 | 10,80 | 8,00 | 9,00 | 24,00 | 27,00 | 208,00 | 234,00 |
| Сок фруктовый | 0,150 | 0,160 | 0,75 | 0,90 | 0,00 | 0,00 | 15,15 | 16,16 | 3,00 | 3,60 |
| 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 |
| *Итого* | | | *17,28* | *20,17* | *11,72* | *13,60* | *69,40* | *84,97* | *394,65* | *485,46* |
| ***Уплотненный полдник*** | | | | | | | | | | |
| Икра кабачковая (консервированная) | 0,040 | 0,050 | 1,09 | 1,37 | 2,88 | 3,59 | 5,82 | 7,27 | 53,50 | 66,90 |
| Макароны отварные с сыром | 0,130 | 0,160 | 9,29 | 11,17 | 10,01 | 10,28 | 22,71 | 31,78 | 218,00 | 264,00 |
| Хлеб пшеничный | 0,020 | 0,030 | 1,60 | 2,37 | 0,20 | 0,30 | 9,70 | 14,49 | 46,80 | 70,14 |
| Кисель из плодов или ягод свежих | 0,150 | 0,180 | 0,10 | 0,10 | 0,10 | 0,10 | 20,30 | 24,30 | 82,10 | 98,50 |
| *Итого* | | | *12,08* | *15,01* | *13,19* | *14,27* | *58,53* | *77,84* | *400,40* | *499,54* |
| Специалист по питанию Сенив М.В. | | | | | | | | | | |
| Повар Бибик О.С. | | | | | | | | | | |