Заведующий МБДОУ (ясли-сад) №1 «Ромашка»
г. Красноперекопска Республики Крым
Утверждаю _____ Петрова Е.К.
Дата: 08» сентября 2026 г.

Меню

7 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	5,6	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
Кофейный напиток с молоком сгущенным	**0,150**	**0,180**	2,20	2,70	1,50	1,80	15,50	18,80	84,00	102,00
Итого	***0,355***	***0,415***	*8,88*	*10,71*	*11,63*	*12,73*	*50,47*	*61,36*	*334,80*	*395,14*
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	***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
Борщ с мясными консервами (тушенка из говядины)	0,150	0,180	5,93	7,12	4,36	5,23	8,23	9,88	96,00	115,20
Жаркое по-домашнему (тушенка говяжья)	0,160	0,180	8,80	9,90	6,40	7,20	12,80	14,40	144,00	162,00
Компот из свежих плодов	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
Итого	*0,540*	*0,650*	*18,64*	*22,70*	*11,35*	*13,28*	*62,31*	*82,10*	*428,15*	*541,84*
Уплотненный полдник										
Вареники ленивые отварные с маслом сливочным и сахаром	0,130	0,160	33,78	40,70	13,00	18,89	18,09	21,83	257,64	270,22
Пряники	0,030	0,050	1,50	2,30	3,40	5,10	13,40	20,10	90,00	135,00
Сок яблочный	0,150	0,160	0,75	0,90	0,00	0,00	15,15	16,16	30,00	3,60
Хлеб пшеничный	0,020	0,030	1,60	2,37	0,20	0,30	9,70	14,49	46,80	70,14
Итого	*0,310*	*0,370*	*36,03*	*43,90*	*16,40*	*23,99*	*46,64*	*58,09*	*350,64*	*408,82*
Спец по питанию Сенив М.В.										
Повар Коптева С.А.										