Заведующий МБДОУ (ясли-сад) №1 «Ромашка»
г. Красноперекопска Республики Крым
Утверждаю: _____ Петрова Е.К.
Дата: «11» сентября 2026 г.
Меню

5день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Каша вязкая молочная пшенная на сгущенном молоке	0,180	0,200	5,04	5,60	6,30	7,00	25,20	28,00	171,00	190,00
Чай с молоком сгущенным	0,150	0,180	1,35	1,62	1,50	1,80	11,25	13,50	34,50	77,40
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
Итого	*0,355*	*0,415*	*8,03*	*9,63*	*11,63*	*12,73*	*46,22*	*56,06*	*285,30*	*370,54*
Второй завтрак										
Яблоко свежее	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
Суп картофельный с мясными консервами (говядина)	0,150	0,180	4,48	5,04	6,40	7,20	8,80	9,90	112,00	126,00
Поджарка из говяжьей тушенки с соусом	0,100	0,120	6,50	7,80	5,00	6,00	4,00	4,80	85,00	102,00
Каша ячневая рассыпчатая	0,120	0,160	2,81	3,75	2,98	3,98	15,79	21,06	101,28	135,04
Компот из сушеных фруктов	0,150	0,180	0,33	040	0,02	0,02	20,83	24,99	84,75	101,70
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	*0,600*	*0,750*	*17,76*	*21,15*	*14,96*	*15,01*	*69,88*	*90,81*	*485,83*	*615,58*
Полдник										
Икра кабачковая (консервированная)	0,040	0,050	1,09	1,37	2,88	3,59	5,82	7,27	53,50	66,90
Омлет с сыром	0,120	0,140	25,70	64,90	23,80	27,70	2,00	2,30	273,20	318,80
Хлеб пшеничный	0,020	0,030	1,60	2,37	0,20	0,30	9,70	14,49	46,80	70,14
Чай с лимоном	0,150	0,180	0,07	0,09	0,02	0,03	7,10	9,54	29,00	38,97
Итого	*0,330*	*0,410*	*28,46*	*68,73*	*26,90*	*31,62*	*24,62*	*33,60*	*402,50*	*494,81*
Специалист по питанию **Сенив М.В.**										
Повар **Бибик О.С.**										