

Утверждаю: зам. директора по УВР



Л.Р. Римша

меню детского сада на 14 января 2026

пищевая ценность				Выход гр.	Наименование блюда	Стоимость питания
белки	жиры	углеводы	кКал			

Завтрак

<u>1-3 года</u>						
3.84	4.97	24.46	184.63	150	каша рисовая молочная жидкая	16.55
0.9	0.98	17.93	86.89	30	хлеб пшеничный	3.40
2.09	2.39	14.78	89.02	150	напиток кофейный	11.78
6.83	8.34	57.17	360.54	Итого		31.73

Второй завтрак

				130	Сок	12.32
0	0	0	0	130	12.32	

Обед

7.93	2.47	4.02	69.74	150	суп картофельный с рыбой	21.02
10.36	17.14	26.75	302.64	200	тефтели из говядины, пюре картофельное,соус томатный	67.11
7.71	2.67	53.2	273	30	хлеб пшеничный	1.80
5.57	1	44.5	100	30	хлеб ржаной	1.30
0.25	0	17	68.99	150	Компот из сухофруктов	4.23
31.82	23.28	145.47	814.37	Итого		95.46

Полдник

0.78	5.01	4	61.28	80	Салат из свежих огурцов и помидоров	15.02
0.09	0	9.03	36.48	150	Чай с лимоном	3.33
0.4	0.3	10.3	47	150	Фрукт	24.12
1.27	5.31	23.33	144.76	Итого		42.47
Итого за день						181.98

пищевая ценность				Выход гр.	Наименование блюда	Стоимость питания
белки	жиры	углеводы	кКал			

Завтрак

<u>3-7 лет</u>						
6.2	8.05	31.09	222	200	каша рисовая молочная жидкая	19.76
0.9	0.98	17.93	86.89	30	хлеб пшеничный	3.40
3.77	3.93	25.95	153.92	200	напиток кофейный	12.85
10.87	12.96	74.97	462.81	Итого		36.01

Второй завтрак

				130	Сок	12.32
0	0	0	0	130	12.32	

Обед

10.57	3.29	5.36	92.99	200	суп картофельный с рыбой	26.89
12.09	19.88	31.20	352.05	230	тефтели из говядины, картофельное пюре, соус томатный	79.54
7.71	2.67	53.20	273	30	хлеб пшеничный	1.80
5.57	1.00	44.50	100	30	хлеб ржаной	1.30
0.33	0.00	22.66	91.98	200	Компот из сухофруктов	5.85
36.27	26.84	156.92	910.02	Итого		115.38

Полдник

0.98	5.13	4.34	65.81	100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ	17.23
0.12	0.00	12.04	48.64	200	Чай с лимоном	4.25
0.40	0.30	10.30		150	Фрукт	24.12
1.50	5.43	26.68	161.45	Итого		45.60
Итого за день						209.31

Зав столовой



Станкевич С.М.