

Утверждаю: зам. директора по УВР



Л.Р. Римша

меню детского сада на 20 января 2026

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

Завтрак

<u>1-3 года</u>							
5.5	5	26	170	150	4	каша пшеничная молочная жидкая	16.13
0.95	4	20.6	123.6	40		бутерброд с повидлом	3.95
2.09	2.39	14.78	89.01	150		напиток кофейный	12.65
8.54	11.39	61.38	382.61	Итого			32.73

Второй завтрак

1	0.1	2.9	18	130		Сок	11.02
1	0.1	2.9	18	130	Итого		11.02

Обед

3.98	5.03	12.77	110.69	150		суп картофельный с рыбными консервами	18.86
11.65	15.59	23.57	286.02	200		Котлета,картофельное пюре,соус томатный	68.05
7.71	2.67	53.2	273	30		хлеб пшеничный	1.80
5.57	1	44.5	100	30		хлеб ржаной	1.30
0.09	0	9.03	36.48	150		Чай с сахаром	1.67
29	24.29	143.07	806.19	Итого			91.68

Полдник

5.02	9.53	4.8	140	80		Винегрет овощной с яйцом	17.98
2.28	0.24	14.76	38	30		Хлеб пшеничный	1.80
0.09	0	9.03	36.5	150		чай с лимоном	2.99
7.39	9.77	28.59	214.5	Итого			22.77

Итого за день

158.20

Зав столовой

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	5	каша пшеничная молочная жидкая	19.99
0.95	4	20.6	123.6	40		бутерброд с повидлом	3.95
2.79	13.19	19.71	118.69	200		напиток кофейный	13.89
9.94	25.24	71.4	464.29	Итого			37.83

Второй завтрак

1	0.1	2.9	18	130		Сок	11.02
1	0.1	2.9	18	130	Итого		11.02

Обед

5.30	6.70	17.02	147.58	200		Суп картофельный с рыбными консервами	22.16
13.61	18.07	27.50	332.7	230		Котлета, картофельное пюре, томатный соус	83.78
7.71	2.67	53.20	273	30		хлеб пшеничный	1.80
5.57	1.00	44.50	100	30		хлеб ржаной	1.30
0.12	0.00	12.04	48.64	200		Чай с сахаром	2.03
32.31	28.44	154.26	901.92	Итого			111.07

Полдник

5.86	10.69	5.24	140.00	100		Винегрет овощной с яйцом	18.89
2.28	0.24	14.76	38.00	30		Хлеб пшеничный	1.80
0.12	0.00	12.04	48.64	200		чай с лимоном	3.79
8.26	10.93	32.04	226.64	Итого			24.48

Итого за день

184.40

Станкевич С.М.