

Утверждаю: Заведующая МДОУ - «Рожинка» Новичка Е.В. комбинированно. с вида

Меню на 13.08.2026опека

Заведующая
Новичка Е.В.

Наименования блюда	Выход			Белки, г			Жиры, г			Углеводы, г			Эн/д, ккал			Витамины			Минеральные вещества		
	1-3лет	3-7лет		1-3лет	3-7лет		1-3лет	3-7лет		1-3лет	3-7лет		1-3лет	3-7лет		B1	B2	C	Ca	Fe	
Завтрак 1																					
Каша жидкая молочная ячневая	150	200	4,4	5,83	4,4	9,83	24,8	33	155,9	207,8	0,05	0,07	0,11	0,13	0,39	0,52	88	117	0,81	1,08	
Бутерброд с маслом	25\10	35\10	2,6	3,1	7,5	7,9	12,1	155,1	117,1	126,1	0	0	0	0	0	0	4,8	5,3	0,3	0,4	
Чай с сахаром	180		0,23	0,23	0	0	5,87	5,87	24,2	24,2	0	0	0,01	0,01	0,04	0,04	3,31	3,31	0,65	0,65	
Итого			7,23	9,16	11,9	17,73	42,77	193,97	297,2	358,1	0,05	0,07	0,12	0,14	0,43	0,56	96,11	125,61	1,76	2,13	
Завтрак 2																					
ОБЕД																					
Суп «Харчо» со сметаной	150	200	3,84	5,12	4,335	5,78	8,07	10,76	86,685	115,58	0,03	0,038	0,03		4,82	6,42	20,7	27,6	0,4	0,552	
Рыба, тушеная в соусе	60/20	80/40	18,1	22,1	4,9	7,8	1,3	1,4	154	165	0,1	0,1	0,2	0,1	0,9	0,1	42,4	32	0,8	0,7	
Крупа гречневая	120	150	6,6	8,2	3,6	4,6	28,7	36	172,3	217,5	0,17	0,21	0,1	0,12	0	0	12	14,4	3,23	4,04	
Рассыпчатая																					
Компот яблочный	150	200	0,1	0,18	0,1	0,18	42,28	64,5	75,56	98,01	0,001	0,002	0,01	0,014	3,38	5,85	4,5	7,6	5,78	10,01	
Хлеб пшеничный	20	30	2	4	0,24	0,48	9,6	19,2	40,8	81,6	0	0	0	0	0	0	6,8	7	0,46	0,48	
Хлеб ржано- пшеничный	30	40	2,55	3,4	0,99	1,32	12,75	17	77,7	103,6	0,15	0,17	0,13	0,134	0,14	0,16	27	29,2	0,9	1,13	
Итого			33,19	43	14,165	20,16	102,7	148,86	607,045	781,29	0,451	0,52	0,47	0,406	9,24	12,53	113,4	117,8	11,57	16,912	
ПОЛДНИК																					
Печенье	40	50	2,16	2,7	6,64	8,3	19,12	23,9	145,44	181,8	0,64	0,8	0,016	0,02	0	0	8,8	11	0,64	0,8	
Чай с молоком и сахаром	180		1,53	1,53	1	1	7,87	7,87	43,6	43,6	0,01	0,01	0,07	0,07	0,27	0,27	52,11	52,11	0,7	0,7	
Итого			3,69	4,23	7,64	9,3	26,99	31,77	189,04	225,4	0,65	0,81	0,086	0,09	0,27	0,27	60,91	63,11	1,34	1,5	
УЖИН																					
каша жидкая молочная овсяная	150	200	5,1	6,76	5,6	7,48	18,5	14,8	144,5	192,68	0,1	0,16	0,1	0,16	0,5	0,66	110	145,8	0,9	1,2	
Хлеб пшеничный	25	35	2,5	3	0,3	0,7	12	15	51	60	0	0	0	0	0	0	4,5	5	0,3	0,4	
Чай с сахаром	180		0,23	0,23	0	0	5,87	5,87	24,2	24,2	0	0	0,01	0,01	0,04	0,04	3,31	3,31	0,65	0,65	
Итого			7,83	9,99	5,9	8,18	36,37	35,67	219,7	276,88	0,1	0,16	0,11	0,17	0,54	0,7	117,81	154,1	1,85	2,25	

Утверждаю: Заведующая Т. Ю. Душина «Рясинка» комбинированного вида

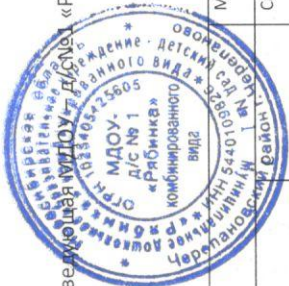
Меню на 13.08.2026

Заведующая
Новицкая Е.В.

Наименования блюд	Выход		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн/Ц,ккал		Витамины					Макроэлементы				
	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	B1	B2	C	Ca	Fe					
Завтрак 1																				
Каша жидкая молочная яичневая	150	200	4,4	5,83	4,4	9,83	24,8	33	155,9	207,8	0,05	0,07	0,13	0,39	0,52	88	117	0,81	1,08	
Бутерброд с маслом	25\10	35\10	2,6	3,1	7,5	7,9	12,1	155,1	117,1	126,1	0	0	0	0	0	4,8	5,3	0,3	0,4	
Чай с сахаром	180	180	0,23	0,23	0	0	5,87	5,87	24,2	24,2	0	0	0,01	0,04	0,04	3,31	3,31	0,65	0,65	
Итого			7,23	9,16	11,9	17,73	42,77	193,97	297,2	358,1	0,05	0,07	0,12	0,43	0,56	96,11	125,61	1,76	2,13	
Завтрак 2																				
ОБЕД																				
Суп «Харчо» со сметаной	150	200	3,84	5,12	4,335	5,78	8,07	10,76	86,685	115,58	0,03	0,038	0,03	0,038	6,42	20,7	27,6	0,4	0,552	
Рыба, тушенная в соусе	60/20	80/40	18,1	22,1	4,9	7,8	1,3	1,4	154	165	0,1	0,1	0,2	0,1	0,9	0,1	42,4	32	0,8	0,7
Крупа гречневая рассыпчатая	120	150	6,6	8,2	3,6	4,6	28,7	36	172,3	217,5	0,17	0,21	0,1	0,12	0	12	14,4	3,23	4,04	
Компот яблочный	150	200	0,1	0,18	0,1	0,18	42,28	64,5	75,56	98,01	0,001	0,002	0,01	0,014	3,38	5,85	4,5	7,6	5,78	10,01
Хлеб пшеничный	20	30	2	4	0,24	0,48	9,6	19,2	40,8	81,6	0	0	0	0	0	6,8	7	0,46	0,48	
Хлеб ржано- пшеничный	30	40	2,55	3,4	0,99	1,32	12,75	17	77,7	103,6	0,15	0,17	0,13	0,134	0,14	27	29,2	0,9	1,13	
Итого			33,19	43	14,165	20,16	102,7	148,86	607,045	781,29	0,451	0,52	0,47	0,406	9,24	12,53	113,4	117,8	11,57	16,912
ПОЛДНИК																				
Печенье	40	50	2,16	2,7	6,64	8,3	19,12	23,9	145,44	181,8	0,64	0,8	0,016	0,02	0	8,8	11	0,64	0,8	
Чай с молоком и сахаром	180	180	1,53	1,53	1	1	7,87	7,87	43,6	43,6	0,01	0,01	0,07	0,07	0,27	52,11	52,11	0,7	0,7	
Итого			3,69	4,23	7,64	9,3	26,99	31,77	189,04	225,4	0,65	0,81	0,086	0,09	0,27	60,91	63,11	1,34	1,5	
УЖИН																				
каша жидкая молочная овсяная	150	200	5,1	6,76	5,6	7,48	18,5	14,8	144,5	192,68	0,1	0,16	0,1	0,16	0,5	0,66	110	145,8	0,9	1,2
Хлеб пшеничный	25	35	2,5	3	0,3	0,7	12	15	51	60	0	0	0	0	0	4,5	5	0,3	0,4	
Чай с сахаром	180	180	0,23	0,23	0	0	5,87	5,87	24,2	24,2	0	0	0,01	0,04	0,04	3,31	3,31	0,65	0,65	
Итого			7,83	9,99	5,9	8,18	36,37	35,67	219,7	276,88	0,1	0,16	0,11	0,17	0,54	0,7	117,81	154,1	1,85	2,25

Меню на 13.08.2026 овз

Новицкая Е.В.
Новицкая Е.В.



Наименования блюд	Выход		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн/Ц,ккал		Витамины		Минеральные вещества							
	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	B1	B2	Ca	Fe						
Завтрак 1																				
Каша жидкая молочная	150	200	4,4	5,83	4,4	9,83	24,8	33	155,9	207,8	0,05	0,07	0,11	0,13	0,39	0,52	88	117	0,81	1,08
Бутерброд с маслом	25\10	35\10	2,6	3,1	7,5	7,9	12,1	155,1	117,1	126,1	0	0	0	0	0	0	4,8	5,3	0,3	0,4
Чай с сахаром	180	180	0,23	0,23	0	0	5,87	5,87	24,2	24,2	0	0	0,01	0,01	0,04	0,04	3,31	3,31	0,65	0,65
Итого			7,23	9,16	11,9	17,73	42,77	193,97	297,2	358,1	0,05	0,07	0,12	0,14	0,43	0,56	96,11	125,61	1,76	2,13
ЗАВТРАК 2																				
Яблоко	80	80	0,28	0,28	0,28	0,28	6,881	6,881	33	33	0,017						6			
ОБЕД																				
Суп «Харчо» со сметаной	150	200	3,84	5,12	4,335	5,78	8,07	10,76	86,685	115,58	0,03	0,038	0,03	0,038	4,82	6,42	20,7	27,6	0,4	0,552
Рыба, тушенная в соусе	60/20	80/40	18,1	22,1	4,9	7,8	1,3	1,4	154	165	0,1	0,1	0,2	0,1	0,9	0,1	42,4	32	0,8	0,7
Крупа гречневая рассыпчатая	120	150	6,6	8,2	3,6	4,6	28,7	36	172,3	217,5	0,17	0,21	0,1	0,12	0	0	12	14,4	3,23	4,04
Компот яблочный	150	200	0,1	0,18	0,1	0,18	42,28	64,5	75,56	98,01	0,001	0,002	0,01	0,014	3,38	5,85	4,5	7,6	5,78	10,01
Хлеб пшеничный	20	30	2	4	0,24	0,48	9,6	19,2	40,8	81,6	0	0	0	0	0	0	6,8	7	0,46	0,48
Хлеб ржано- пшеничный	30	40	2,55	3,4	0,99	1,32	12,75	17	77,7	103,6	0,15	0,17	0,13	0,134	0,14	0,16	27	29,2	0,9	1,13
Итого			33,19	43	14,165	20,16	102,7	148,86	607,045	781,29	0,451	0,52	0,47	0,406	9,24	12,53	113,4	117,8	11,57	16,912
ПОЛДНИК																				
Печенье	40	50	2,16	2,7	6,64	8,3	19,12	23,9	145,44	181,8	0,64	0,8	0,016	0,02	0	0	8,8	11	0,64	0,8
Чай с молоком и сахаром	180	180	1,53	1,53	1	1	7,87	7,87	43,6	43,6	0,01	0,01	0,07	0,07	0,27	0,27	52,11	52,11	0,7	0,7
Итого			3,69	4,23	7,64	9,3	26,99	31,77	189,04	225,4	0,65	0,81	0,086	0,09	0,27	0,27	60,91	63,11	1,34	1,5
УЖИН																				
каша жидкая молочная овсяная	150	200	5,1	6,76	5,6	7,48	18,5	14,8	144,5	192,68	0,1	0,16	0,1	0,16	0,5	0,66	110	145,8	0,9	1,2
Хлеб пшеничный	25	35	2,5	3	0,3	0,7	12	15	51	60	0	0	0	0	0	0	4,5	5	0,3	0,4
Чай с сахаром	180	180	0,23	0,23	0	0	5,87	5,87	24,2	24,2	0	0	0,01	0,01	0,04	0,04	3,31	3,31	0,65	0,65
Итого			7,83	9,99	5,9	8,18	36,37	35,67	219,7	276,88	0,1	0,16	0,11	0,17	0,54	0,7	117,81	154,1	1,85	2,25