

Утверждаю: Заведующая кафедрой «Юридическая психология» комбинированного вида

Меню на 09.07.2026

Новицкая Е.В.

Заведующая
Новицкая Е.В.

Наименования блюд	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/Цккал		Витамины									
	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	B1	C	B2							
Завтрак 1																				
Суп молочный с рисовой крупой	150	200	3,675	4,9	13,8	4,5	3,4	18,38	100,14	133,8	0,04	0,05	0,13	0,2	0,5	0,8	112,5	150	0,21	0,276
Бутерброд с маслом	25\10	35\10	2,6	3,1	7,5	7,9	12,1	15,1	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			6,50	8,23	21,3	12,4	21,37	39,35	238,44	284,1	0,04	0,05	0,014	0,21	0,054	0,84	120,61	158,61	1,16	1,326
Завтрак 2																				
Обед																				
Суп картофельный с бобовыми	150	200	5,01	6,68	3,45	4,6	12,21	16,28	99,855	133,14	0,11	0,146	0,042	0,056	3,57	4,76	20,25	27	1,107	1,476
Минтай в омлете	60	80	10,3	13,8	3,8	5,9	2,9	3,4	82,9	121,9	0	0	0	0	0	0	50	66	1	1
Крупа перловая рассыпчатая	120	150	3,5	4	2,4	2,6	24,3	30	131,8	166,4	0,04	0,05	0,02	0,03	0	0	14,6	18	0,64	1
Компот яблочный	150	200	0,1	0,18	0,1	0,18	42,28	64,5	75,68	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	7,2	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	0,130	0,134	0,14	0,16	27	29,2	0,9	1,13
Итого			23,4	32,0	10,9	15,0	104,04	150,38	508,73	704,65	0,332	0,368	0,202	0,23	7,09	10,77	123,15	155	9,887	15,096
Полдник																				
Печенье	40	50	2,16	2,7	6,64	8,3	19,12	23,9	145,44	181,4	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	46,3	46,3	0,01	0,01	0,07	0,07	0,27	0,27	52,11	52,11	0,7	0,7
итог			3,69	4,23	7,64	9,3	26,99	31,77	191,74	227,7	0,65	0,81	0,086	0,09	0,27	0,27	60,91	61,11	1,34	1,5
Ужин																				
наша жидкая молочная кукурузная	150	200	5,4	7,17	6,9	9,17	33	44	215	287,8	0,06	0,08	0,12	0,17	0,39	0,52	91	121,7	1,12	1,48
Чай с сахаром	25	35	2,55	3	0,3	0,7	12	15	51	60	0	0	0	0	0	0	4,5	5	0,3	0,4
Итого	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
			2,78	10,3	7,2	0,7	17,87	20,87	290,2	372	0,06	0,08	0,13	0,18	0,43	0,56	98,81	8,31	2,11	2,53

Утверждаю: Заведующая МДОУ «Рябинка» Новичкина Е.В.

Заведующая
Новичкина Е.В.

Меню на 09.07.2026 опека

Наименования блюд	Выход		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн/ц,ккал			Витамины		Ca	C	B2	Fe
	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	B1	B2					
Завтрак 1																	
Суп молочный с рисовой крупой	150	200	3,675	4,9	13,8	4,5	3,4	18,38	100,14	133,8	0,04	0,05	0,13	0,2	0,5	0,8	0,21
Бутерброд с маслом	25\10	35\10	2,6	3,1	7,5	7,9	12,1	15,1	117,1	126,1	0,	0	0	0	0	4,8	0,3
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	3,31	0,65
Итого			6,50	8,23	21,3	12,4	21,37	39,35	238,44	284,1	0,04	0,05	0,014	0,21	0,054	120,61	1,16
Завтрак 2																	
Обед																	
Суп картофельный с бобовыми	150	200	5,01	6,68	3,45	4,6	12,21	16,28	99,855	133,14	0,11	0,146	0,042	0,056	3,57	4,76	1,107
Минтай в омлете	60	80	10,3	13,8	3,8	5,9	2,9	3,4	82,9	121,9	0	0	0	0	0	50	1
Крупа перловая рассыпчатая	120	150	3,5	4	2,4	2,6	24,3	30	131,8	166,4	0,04	0,05	0,02	0,03	0	14,6	0,64
Компот яблочный	150	200	0,1	0,18	0,1	0,18	42,28	64,5	75,68	98,01	0,001	0,002	0,01	0,014	3,38	5,85	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	0,46
Хлеб ржано-пшеничный	30	40	2,55	3,4	0,99	1,32	12,75	17	77,7	103,6	0,15	0,17	0,130	0,134	0,14	0,16	0,9
Итого			23,4	32,0	10,9	15,0	104,04	150,38	508,73	704,65	0,332	0,368	0,202	0,23	7,09	10,77	15,096
Полдник																	
Печенье	40	50	2,16	2,7	6,64	8,3	19,12	23,9	145,44	181,4	0,64	0,8	0,016	0,02	0	8,8	0,64
Чай с молоком и сахаром	180	180	1,53	1,53	1	1	7,87	7,87	46,3	46,3	0,01	0,01	0,07	0,07	0,27	52,11	0,7
итог			3,69	4,23	7,64	9,3	26,99	31,77	191,74	227,7	0,65	0,81	0,086	0,09	0,27	60,91	1,34
Ужин																	
каша жидкая молочная	150	200	5,4	7,17	6,9	9,17	33	44	215	287,8	0,06	0,08	0,12	0,17	0,39	0,52	1,12
кукурузная	25	35	2,55	3	0,3	0,7	12	15	51	60	0	0	0	0	0	4,5	0,3
Хлеб пшеничный	180	180	0,23	0,23	0	0	5,87	5,87	24,2	24,2	0	0	0,01	0,01	0,04	3,31	0,65
Чай с сахаром			2,78	10,3	7,2	0,7	17,87	20,87	290,2	372	0,06	0,08	0,13	0,18	0,43	98,81	2,11
Итого																	