

Утверждаю: Заведующая МДОУ «Д.С.Н. «Рябинка» комбинированного вида



Меню на 24.08.2026 опека

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	C	Ca	Fe			
Завтрак 1																		
Каша жидкая молочная манная	150	200	4	5,33	19	25,33	130,7	174,3	0	0	0,1	0,13	0,4	0,53	107	142,7	0,3	0,4
Бутерброд с повидлом	25/16	35/20	4,5	6	26,4	34	135,5	162	0,02	0,02	0,09	0,09	0,11	0,11	81,5	82	0,35	0,45
Чай с сахаром	180	180	0,23	0,23	0	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			8,73	11,56	6,7	11,43	51,27	290,4	0,02	0,02	0,2	0,23	0,55	0,68	191,81	228,01	1,27	1,5
Завтрак 2																		
Обед																		
Суп с рыбными консервами	200	200	7,9	7,9	3,84	12,44	115,66	115,66	0,064	0,064	0,082	0,082	5,84	5,84	67	67	0,896	0,896
Гуляш из курицы	60	80	10,1	13,5	9,8	3,2	139,2	185,6	0,02	0,05	0,07	0,07	0,85	1,05	8,7	15	1,49	1,6
Крупа перловая рассычатая	120	150	3,5	4	4,2	24,4	149	187	0,04	0	0,02	0	0	0	16	20	0,64	1
Компот из с/ф	150	200	0,2	0,4	0	15,5	40	67,1	0	0	0	0	0,01	0,02	18,5	37	0,05	0,07
Хлеб пшеничный	20	30	2	4	0,24	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	12,75	77,7	103,6	0,15	0,17	0,130	0,134	0,14	0,16	27	29,2	0,9	1,13
Итого			26,25	33,2	19,07	23,74	562,36	740,56	0,274	0,284	0,302	0,286	6,84	7,07	144	175,4	4,436	5,176
Полдник																		
Булочка	60	60	4,6	4,6	4,1	30,52	177	177	0,05	0,05	0,02	0,02	0	0	18	18	0,56	0,56
Какао с молоком и сахаром	150	200	3,5	4,6	2,7	12,6	75,3	100,4	0,03	0,04	0,13	0,17	0,51	0,68	107	143	0,82	1,09
Итого			8,1	9,2	6,8	40,02	252,3	277,4	0,08	0,09	0,15	0,19	0,51	0,68	125	161	1,38	1,65
Ужин																		
Каша жидкая молочная кукурузная	150	200	3,15	4,25	3,05	15,05	100,2	133,45	0,035	0,05	0,1	0,13	0,39	0,52	84,5	112,2	0,5	0,605
Хлеб пшеничный	25	35	2,5	3	0,3	12	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	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			5,88	7,48	3,35	32,92	175,4	217,65	0,035	0,05	0,11	0,14	0,43	0,56	92,31	120,51	1,45	1,655

Утверждаю: Заведующая МДОУ — д/с № 1 «Яблонка» комбинированного вида

Меню на 24.08.2026

Заведующая
Новицкая Е.В.

Наименования блюд	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/Ц, ккал		Витаминный состав						Минеральные вещества			
	1-3-лет	3-7-лет	1-3-лет	3-7-лет	1-3-лет	3-7-лет	1-3-лет	3-7-лет	1-3-лет	3-7-лет	B1	B2	C	Ca	Fe					
Завтрак 1																				
Каша жидкая молочная манная	150	200	4	5,33	4,3	5,73	19	25,33	130,7	174,3	0	0	0,1	0,13	0,4	0,53	107	142,7	0,3	0,4
Бутерброд с повидлом	25/16	35/20	4,5	6	2,4	5,7	26,4	34	135,5	162	0,02	0,02	0,09	0,09	0,11	0,11	81,5	82	0,35	0,45
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			8,73	11,56	6,7	11,43	51,27	65,2	290,4	360,5	0,02	0,02	0,2	0,23	0,55	0,68	191,81	228,01	1,27	1,5
Завтрак 2																				
Обед																				
Суп с рыбными консервами	200	200	7,9	7,9	3,84	3,84	12,44	12,44	115,66	115,66	0,064	0,064	0,082	0,082	5,84	5,84	67	67	0,896	0,896
Гуляш из курицы	60	80	10,1	13,5	9,8	13,1	2,4	3,2	139,2	185,6	0,02	0,05	0,07	0,07	0,85	1,05	8,7	15	1,49	1,6
Крупа перловая	120	150	3,5	4	4,2	5	24,4	30	149	187	0,04	0	0,02	0	0	0	16	20	0,64	1
рассыпчатая																				
Компот из с/ф	150	200	0,2	0,4	0	0	9,8	15,5	40	67,1	0	0	0	0	0,01	0,02	18,5	37	0,05	0,07
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			26,25	33,2	19,07	23,74	97,34	97,34	562,36	740,56	0,274	0,284	0,302	0,286	5,84	7,07	144	175,4	4,436	5,176
Полдник																				
Булочка	60	60	4,6	4,6	4,1	4,1	30,52	30,52	177	177	0,05	0,05	0,02	0,02	0	0	18	18	0,56	0,56
Какао с молоком и сахаром	150	200	3,5	4,6	2,7	3,6	9,5	12,6	75,3	100,4	0,03	0,04	0,13	0,17	0,51	0,68	107	143	0,82	1,09
Итого			8,1	9,2	6,8	7,7	40,02	43,12	252,3	277,4	0,08	0,09	0,15	0,19	0,51	0,68	125	161	1,38	1,65
Ужин																				
Каша жидкая молочная кукурузная	150	200	3,15	4,25	3,05	3,915	15,05	20	100,2	133,45	0,035	0,05	0,1	0,13	0,39	0,52	84,5	112,2	0,5	0,605
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			5,88	7,48	3,35	4,615	32,92	40,87	175,4	217,65	0,035	0,05	0,11	0,14	0,43	0,56	92,31	120,51	1,45	1,655

Утверждаю: Заведующая МДОУ – Д/С № 1 «Рябинка» Новичкая Е.В. комбинированного вида



Новичкая Е.В. Заведующая
Новичкая Е.В.

Меню на 24.08.2026 овз

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	C	Ca	Fe				
Завтрак 1																			
Каша жидкая молочная манная	150	200	4	5,33	4,3	5,73	19	25,33	130,7	174,3	0	0,1	0,13	0,4	0,53	107	142,7	0,3	0,4
Бутерброд с повидлом	25/16	35/20	4,5	6	2,4	5,7	26,4	34	135,5	162	0,02	0,09	0,09	0,11	0,11	81,5	82	0,35	0,45
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			8,73	11,56	6,7	11,43	51,27	65,2	290,4	360,5	0,02	0,2	0,23	0,55	0,68	191,81	228,01	1,27	1,5
Завтрак 2																			
яйцо отварное	40	40	4,8	4,8	4	4	0,3	0,3	56,6	56,6	0,02					19			
Обед																			
Суп с рыбными консервами	200	200	7,9	7,9	3,84	3,84	12,44	12,44	115,66	115,66	0,064	0,064	0,082	0,082	0,082	67	67	0,896	0,896
Гуляш из курицы	60	80	10,1	13,5	9,8	13,1	2,4	3,2	139,2	185,6	0,02	0,05	0,07	0,07	0,07	8,7	15	1,49	1,6
Крупа перловая рассыпчатая	120	150	3,5	4	4,2	5	24,4	30	149	187	0,04	0	0,02	0	0	16	20	0,64	1
Компот из с/ф	150	200	0,2	0,4	0	0	9,8	15,5	40	67,1	0	0	0	0,01	0,02	18,5	37	0,05	0,07
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	7,2	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	27	29,2	0,9	1,13
Итого			26,25	33,2	19,07	23,74	97,34	97,34	562,36	740,56	0,274	0,284	0,302	0,286	6,84	7,07	144	175,4	4,436
Полдник																			
Булочка	60	60	4,6	4,6	4,1	4,1	30,52	30,52	177	177	0,05	0,05	0,02	0,02	0	18	18	0,56	0,56
Какао с молоком и сахаром	150	200	3,5	4,6	2,7	3,6	9,5	12,6	75,3	100,4	0,03	0,04	0,13	0,17	0,51	107	143	0,82	1,09
Итого			8,1	9,2	6,8	7,7	40,02	43,12	252,3	277,4	0,08	0,09	0,15	0,19	0,51	125	161	1,38	1,65
Ужин																			
Каша жидкая молочная кукурузная	150	200	3,15	4,25	3,05	3,915	15,05	20	100,2	133,45	0,035	0,05	0,1	0,13	0,39	84,5	112,2	0,5	0,605
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			5,88	7,48	3,35	4,615	32,92	40,87	175,4	217,65	0,035	0,05	0,11	0,14	0,43	92,31	120,51	1,45	1,655