

«Рябинка»
комбинированного
вида

David

Меню на 08.09.2026

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	В1	В2	С	Ca	Fe					
Завтрак 1																				
Каша жидкая молочная	150	200	4,2	5,5	9,42	16,95	23		126,05	119,16	0,1	0,8	0,16	0,4	0,5	101,7	137,24	1	0,74	
Батон с маком	30		2,4	2,4	0,9	14	14		75	75	0,02	0,02	0,03	0	0	8,3	8,3	0,32	0,32	
Чай с сахаром	180		0,23	0,23	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			6,83	8,13	5,55	18,42	42,87		225,25	218,36	0,12	0,82	0,14	0,44	0,54	113,31	148,85	1,97	74,97	
Завтрак 2																				
Сок грушевый	100	100	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	10	10	0,1	0,1	0,1	0,2	0,2	0,2	0,2	5	5	
Обед																				
Суп картофельный с клецками	150	200	3,465	4,62	2,46	3,28	8,55	11,4	70,155	93,54	0,036	0,048	0,027	0,036	2,76	3,68	52	10,4	0,4	0,54
Голубцы ленивые	120	150	5	6,7	4,6	6,1	3,8	5,1	77	102,7	0,02	0,03	0,04	0,05	6,62	8,8	19	26	0,81	1,1
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	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	0,13
Итого			13,115	19,9	8,39	11,36	76,98	117,2	708,535	479,45	0,207	0,52	0,25	1,008	12,9	382,81	170,5	80,4	88,54	12,23
Полдник																				
Булочка сладкая	60	60	5,2	5,2	1,8	1,8	34	34	172,6	172,6	0,07	0,07	0,03	0	0	18	18	0,58	0,58	
Кисель	150	200	0	0	0	0	13,33	18,58	60,7	73,85	0	0	0	0	0	4,36	5,1	0,02	0,02	
Итого			5,2	5,2	1,8	1,8	47,33	52,58	233,3	246,45	0,07	0,7	0,03	0	0	22,36	23,1	0,6	0,60	
Ужин																				
Каша жидкая молочная ячневая	150	200	4,4	5,83	4,4	5,83	24,8	23	155,9	207,8	0,05	0,07	0,11	0,13	0,39	0,52	88	117	0,81	0,81
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		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			7,13	9,06	4,7	6,53	42,67	43,87	231,1	292	0,05	0,07	0,12	0,14	0,43	0,56	95,81	125,3	66,11	1,86



Новицкая Е.В.

Меню на 08.09.2026 опека

Наименования блюд	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					
	150	200	4,2	5,5	4,65	9,42	16,95	23	126,05	119,16	0,1	0,8	0,1	0,16	0,4	0,5	101,7	137,24	1	0,74
Каша жидкая молочная																				
пшенная	30		2,4	2,4	0,9	0,9	14	14	75	75	0,02	0,02	0,03	0,03	0	0	8,3	8,3	0,32	0,32
Батон с маком	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
Чай с сахаром																				
Итого			6,83	8,13	5,55	18,42	36,82	42,87	225,25	218,36	0,12	0,82	0,14	0,2	0,44	0,54	113,31	148,85	1,97	74,97
	100	100	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	10	10	0,1	0,1	0,1	0,1	0,2	0,2	0,2	0,2	5	5
Сок грушевый																				
	150	200	3,465	4,62	2,46	3,28	8,55	11,4	70,155	93,54	0,036	0,048	0,027	0,036	2,76	3,68	52	10,4	0,4	0,54
Суп картофельный с клецками																				
Голубцы ленивые	120	150	5	6,7	4,6	6,1	3,8	5,1	77	102,7	0,02	0,03	0,04	0,05	6,62	8,8	19	26	0,81	1,1
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	0,13
Итого			13,115	19,9	8,39	11,36	76,98	117,2	708,535	479,45	0,207	0,52	0,25	1,008	12,9	382,81	170,5	80,4	88,54	12,23
	60	60	5,2	5,2	1,8	1,8	34	34	172,6	172,6	0,07	0,07	0,03	0,03	0	0	18	18	0,58	0,58
Булочка сладкая																				
Кисель	150	200	0	0	0	0	13,33	18,58	60,7	73,85	0	0	0	0	0	0	4,36	5,1	0,02	0,02
Итого			5,2	5,2	1,8	1,8	47,33	52,58	233,3	246,45	0,07	0,7	0,03	0,03	0	0	22,36	23,1	0,6	0,60
	150	200	4,4	5,83	4,4	5,83	24,8	23	155,9	207,8	0,05	0,07	0,11	0,13	0,39	0,52	88	117	0,81	0,81
Каша жидкая молочная																				
ячневая	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
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	0,04	3,31	3,31	0,65	0,65
Чай с сахаром																				
Итого			7,13	9,06	4,7	6,53	42,67	43,87	231,1	292	0,05	0,07	0,12	0,14	0,43	0,56	95,81	125,3	66,11	1,86

Утверждаю: Заведующая МДОУ Д/С №1 «Рябинка» комбинированного вида

Новицкая Е.В.

Меню на 08.09.2026



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	150	200	4,2	5,5	4,65	9,42	16,95	23	126,05	119,16	0,1	0,8	0,1	0,16	0,4	0,5	101,7	137,24	1	0,74
пшеничная	30	30	2,4	2,4	0,9	0,9	14	14	75	75	0,02	0,02	0,03	0,03	0	0	8,3	8,3	0,32	0,32
Батон с маком	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
Чай с сахаром			6,83	8,13	5,55	18,42	36,82	42,87	225,25	218,36	0,12	0,82	0,14	0,2	0,44	0,54	113,31	148,85	1,97	74,97
Итого																				
Завтрак 2																				
Сок грушевый	100	100	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	10	10	0,1	0,1	0,1	0,1	0,2	0,2	0,2	0,2	5	5
Обед																				
Суп картофельный с клецками	150	200	3,465	4,62	2,46	3,28	8,55	11,4	70,155	93,54	0,036	0,048	0,027	0,036	2,76	3,68	52	10,4	0,4	0,54
Голубцы ленивые	120	150	5	6,7	4,6	6,1	3,8	5,1	77	102,7	0,02	0,03	0,04	0,05	6,62	8,8	19	26	0,81	1,1
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	0,13
Итого			13,115	19,9	8,39	11,36	76,98	117,2	708,535	479,45	0,207	0,52	0,25	1,008	12,9	382,81	170,5	80,4	88,54	12,23
Полдник																				
Булочка сладкая	60	60	5,2	5,2	1,8	1,8	34	34	172,6	172,6	0,07	0,07	0,03	0,03	0	0	18	18	0,58	0,58
Кисель	150	200	0	0	0	0	13,33	18,58	60,7	73,85	0	0	0	0	0	0	4,36	5,1	0,02	0,02
Итого			5,2	5,2	1,8	1,8	47,33	52,58	233,3	246,45	0,07	0,7	0,03	0,03	0	0	22,36	23,1	0,6	0,60
Ужин																				
Каша жидкая молочная ячневая	150	200	4,4	5,83	4,4	5,83	24,8	23	155,9	207,8	0,05	0,07	0,11	0,13	0,39	0,52	88	117	0,81	0,81
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			7,13	9,06	4,7	6,53	42,67	43,87	231,1	292	0,05	0,07	0,12	0,14	0,43	0,56	95,81	125,3	66,11	1,86