

Утверждаю :Заведующая МДОУ-Д/с «Рябинка» комбинированного вида

Новицкая Е.В.

Меню на 11.09.2026

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	Ca	Fe
Завтрак 1														
Каша «Дружба»	150	200	4	5	4,4	5,8	18,1	24,2	126,7	168,8	0,05	0,07	0,12	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	0,11
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
Итого			8,73	11,23	6,8	11,5	50,37	64,07	286,4	355	0,07	0,09	0,22	0,55
Завтрак 2														
Обед														
Борщ с капустой и картофелем	150	200	3,525	4,7	3,72	4,96	7,59	10,12	91,8	110,36	0,23	0,03	0,21	0,04
Котлета из курицы	60	80	11,5	14,4	2,6	3,2	8,1	10,1	101,1	101,1	0,09	0,1	0,09	0,1
Горошница	120	150	11,6	14,5	1	1,3	27	33,8	163,8	204,8	0,35	0,44	0,07	0,09
Соус красный основной	20	40	0,66	1,32	0,48	0,96	1,78	3,56	14,16	28,32	0	0,01	0	0
Компот из с/ф	150	200	0,2	0,4	0	0	9,8	15,5	40	67,1	0	0	0	0,01
Хлеб пшеничный	20	30	2	4	0,24	0,48	9,6	19,2	40,8	81,6	0	0	0	0
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	0,14
Итого			32,035	73,32	9,03	12,22	76,62	109,28	529,36	696,88	0,82	0,75	0,5	0,364
Полдник														
Кекс	50	50	5,8	5,8	7,6	7,6	21	21	176,1	176,1	0,02	0,02	0,06	0,03
Чай без сахара	180	180	0,23	0,23	0	0	0,11	0,11	1,3	1,3	0	0	0,01	0,01
Итого			6,03	6,03	7,6	7,6	21,11	21,11	177,4	177,4	0,02	0,02	0,07	0,07
Ужин														
Суп овощной	200	200	1,42	1,42	1,96	1,96	8,1	8,1	55,52	55,52	0,05	0,05	0,036	0,036
Хлеб пшеничный	25	35	2,5	3	0,3	0,7	12	15	51	60	0	0	0	0
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
Итого			4,15	4,65	2,26	2,66	25,97	28,97	130,72	139,72	0,05	0,05	0,046	0,046
													24,21	24,71
													16,4	16,4
													5	5
													3,31	3,31
													0,65	0,65
													1,498	1,498

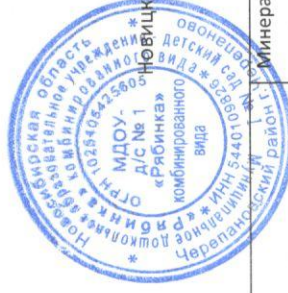


Утверждаю :Зав.дующая МДОУ-д/с «Рябинка» комбинированного вида

Новицкая Е.В.

Меню на 11.09.2026 опека

Наименования блюда	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 «Дружба»	150	200	4	5	4,4	5,8	18,1	24,2	126,7	168,8	0,05	0,07	0,12	0,4	0,53	87
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	0,11	0,11	81,5
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
Итого			8,73	11,23	6,8	11,5	50,37	64,07	286,4	355	0,07	0,09	0,22	0,55	0,68	200,31
Завтрак 2																
Обед																
Борщ с капустой и картофелем	150	200	3,525	4,7	3,72	4,96	7,59	10,12	91,8	110,36	0,23	0,03	0,21	0,04	0,36,8	175
Котлета из курицы	60	80	11,5	14,4	2,6	3,2	8,1	10,1	101,1	101,1	0,09	0,1	0,09	0,1	0,4	18
Горошница	120	150	11,6	14,5	1	1,3	27	33,8	163,8	204,8	0,35	0,44	0,07	0,09	0	62
Соус красный основной	20	40	0,66	1,32	0,48	0,96	1,78	3,56	14,16	28,32	0	0,01	0	0	0,54	0,84
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
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
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	0,14	0,16	27
Итого			32,035	73,32	9,03	12,22	76,62	109,28	529,36	696,88	0,82	0,75	0,5	0,364	37,89	308,14
Полдник																
Кекс	50	50	5,8	5,8	7,6	7,6	21	21	176,1	176,1	0,02	0,02	0,06	0,03	0,03	31
Чай без сахара	180	180	0,23	0,23	0	0	0,11	0,11	1,3	1,3	0	0	0,01	0,04	0,04	3,96
Итого			6,03	6,03	7,6	7,6	21,11	21,11	177,4	177,4	0,02	0,02	0,07	0,07	0,07	34,96
Ужин																
Суп овощной	200	200	1,42	1,42	1,96	1,96	8,1	8,1	55,52	55,52	0,05	0,05	0,036	0,036	6,82	16,4
Хлеб пшеничный	25	35	2,5	3	0,3	0,7	12	15	51	60	0	0	0	0	0	4,5
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
Итого			4,15	4,65	2,26	2,66	25,97	28,97	130,72	139,72	0,05	0,05	0,046	0,046	6,86	24,21
														1,498		



Утверждаю :Заведующая МДОУ-д/с «Рясинка» комбинированного вида

Новицкая Е.В.

Меню на 11.09.2026 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	В1	В2	С	Ca	Fe					
Завтрак 1																				
Каша «Дружба»	150	200	4	5	4,4	5,8	18,1	24,2	126,7	168,8	0,05	0,07	0,09	0,12	0,4	0,53	87	115	0,4	0,5
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	11,23	6,8	11,5	50,37	64,07	286,4	355	0,07	0,09	0,19	0,22	0,55	0,68	171,81	200,31	1,4	
Завтрак 2																				
Яйцо	40	40	4,8	4,8	4	4	0,3	0,3	56,6	56,6	0,02	0,02	0,02	0,02	0,01	0,01	0,01	0,01	8,1	8,1
Обед																				
Борщ с капустой и картофелем	150	200	3,525	4,7	3,72	4,96	7,59	10,12	91,8	110,36	0,23	0,03	0,21	0,04	36,8	6,76	175	33,6	5	0,87
Котлета из курицы	60	80	11,5	14,4	2,6	3,2	8,1	10,1	101,1	101,1	0,09	0,1	0,09	0,1	0,4	0,5	18	22	0,8	1
Горошница	120	150	11,6	14,5	1	1,3	27	33,8	163,8	204,8	0,35	0,44	0,07	0,09	0	0	62	78	3,56	4,45
Соус красный основной	20	40	0,66	1,32	0,48	0,96	1,78	3,56	14,16	28,32	0	0,01	0	0	0,54	1,07	0,84	3,68	0,1	0,21
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			32,035	73,32	9,03	12,22	76,62	109,28	529,36	696,88	0,82	0,75	0,5	0,364	37,89	8,51	308,14	210,68	10,87	
Полдник																				
Кекс	50	50	5,8	5,8	7,6	7,6	21	21	176,1	176,1	0,02	0,02	0,06	0,06	0,03	0,03	31	31	0,37	0,37
Чай без сахара	180	180	0,23	0,23	0	0	0,11	0,11	1,3	1,3	0	0	0,01	0,01	0,04	0,04	3,96	3,96	0,64	0,64
Итого			6,03	6,03	7,6	7,6	21,11	21,11	177,4	177,4	0,02	0,02	0,07	0,07	0,07	0,07	34,96	34,96	1,01	
Ужин																				
Суп овощной	200	200	1,42	1,42	1,96	1,96	8,1	8,1	55,52	55,52	0,05	0,05	0,036	0,036	6,82	6,82	16,4	16,4	0,548	0,548
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			4,15	4,65	2,26	2,66	25,97	28,97	130,72	139,72	0,05	0,05	0,046	0,046	6,86	6,86	24,21	24,71	1,498	