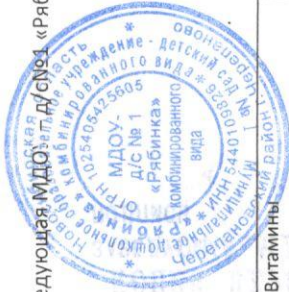


Утверждаю: Заведующая МДОУ Д/С №1 «Рябинка» комбинированного Е.И.да

Новицкая Е.В.

Меню на 28.09.2026



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 рисовая	150	200	3,4	4,53	4,3	5,73	18,2	24,27	125,4	167,2	0	0	0,1	0,13	0,4	0,1	106	141,3	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			8,13	10,76	6,7	11,43	50,47	64,14	285,1	353,4	0,02	0,02	0,2	1,04	0,55	0,25	190,81	226,61	1,3	1,5
Завтрак 2																				
Обед																				
Суп картофельный с горохом	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	4,46	20,25	27	1,107	1,476
Тефтели из курицы	60	80	8,2	10,9	7,1	9,5	5	6,7	117,1	156,1	0,04	0,05	0,05	0,07	0,79	1,05	11	15	1,2	1,6
Крупа перловая рассыпчатая	120	150	3,5	4	2,4	2,6	24,3	30	131,8	131,8	0,04	0,05	0,02	0,06	0	0	14,6	18	0,64	1
Соус красный основной	20	40	0,66	132	0,48	0,96	1,78	3,56	14,16	28,32	0	0,01	0	0	0,54	1,07	1,84	3,68	0,10	0,21
Компот из сухофруктов	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	119,2	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			22,12	259,4	14,66	18,14	75,44	108,24	443,715	701,66	0,34	0,426	0,62	0,32	5,05	7,3	99,99	137,08	4,45	5,966
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
Кофейный напиток с молоком	150	200	2,4	3,25	1,95	2,55	8,3	11,05	59,95	79,8	0,02	0,03	0,1	0,125	0,39	0,52	83,2	108,9	0,81	0,81
Итого			7	7,85	6,05	6,65	38,82	41,57	236,95	256,8	0,07	0,08	0,12	0,14	0,39	0,52	101,2	126,9	1,37	1,37
Ужин																				
Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	3,72	4,9	3,375	4,5	13,785	18,38	100,11	133,48	0,05	0,05	0,13	0,18	0,6	0,8	113,7	150	0,3	0,3
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			6,45	8,13	3,675	5,2	31,655	39,25	175,31	217,68	0,05	0,05	0,14	0,19	0,64	0,84	121,51	158,31	1,25	1,35



Меню на 28.09.2026 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	В1	В2	С	Ca	Fe					
Завтрак 1																				
Каша жидкая молочная рисовая	150	200	3,4	4,53	4,3	5,73	18,2	24,27	125,4	167,2	0	0	0,1	0,13	0,4	0,1	106	141,3	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			8,13	10,76	6,7	11,43	50,47	64,14	285,1	353,4	0,02	0,02	0,2	1,04	0,55	0,25	190,81	226,61	1,3	1,5
Завтрак 2																				
Обед																				
Суп картофельный с горохом	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	4,46	20,25	27	1,107	1,476
Тефтели из курицы	60	80	8,2	10,9	7,1	9,5	5	6,7	117,1	156,1	0,04	0,05	0,05	0,07	0,79	1,05	11	15	1,2	1,6
Крупа перловая рассыпчатая	120	150	3,5	4	2,4	2,6	24,3	30	131,8	131,8	0,04	0,05	0,02	0,06	0	0	14,6	18	0,64	1
Соус красный основной	20	40	0,66	132	0,48	0,96	1,78	3,56	14,16	28,32	0	0,01	0	0	0,54	1,07	1,84	3,68	0,10	0,21
Компот из сухофруктов	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	119,2	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			22,12	259,4	14,66	18,14	75,44	108,24	443,715	701,66	0,34	0,426	0,62	0,32	5,05	7,3	99,99	137,08	4,45	5,966
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
Кофейный напиток с молоком	150	200	2,4	3,25	1,95	2,55	8,3	11,05	59,95	79,8	0,02	0,03	0,1	0,125	0,39	0,52	83,2	108,9	0,81	0,81
Итого			7	7,85	6,05	6,65	38,82	41,57	236,95	256,8	0,07	0,08	0,12	0,14	0,39	0,52	101,2	126,9	1,37	1,37
Ужин																				
Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	3,72	4,9	3,375	4,5	13,785	18,38	100,11	133,48	0,05	0,05	0,13	0,18	0,6	0,8	113,7	150	0,3	0,3
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			6,45	8,13	3,675	5,2	31,655	39,25	175,31	217,68	0,05	0,05	0,14	0,19	0,64	0,84	121,51	158,31	1,25	1,35

Новицкая Е.В.

Черепановский районный суд № 1
ИНН 5404103826
ИД № 826826
комбинированного
вида

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 рисовая	150	200	3,4	4,53	4,3	5,73	18,2	24,27	125,4	167,2	0	0	0,1	0,13	0,4	0,1	106	141,3	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			8,13	10,76	6,7	11,43	50,47	64,14	285,1	353,4	0,02	0,02	0,2	1,04	0,55	0,25	190,81	226,61	1,3	1,5
Завтрак 2																				
Йогурт	180	180	10	10	60,4	60,4	17	17	174	174	0,6						0,2			
Обед																				
Суп картофельный с горохом	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	4,46	20,25	27	1,107	1,476
Тефтели из курицы	60	80	8,2	10,9	7,1	9,5	5	6,7	117,1	156,1	0,04	0,05	0,05	0,07	0,79	1,05	11	15	1,2	1,6
Крупа перловая рассыпчатая	120	150	3,5	4	2,4	2,6	24,3	30	131,8	131,8	0,04	0,05	0,02	0,06	0	0	14,6	18	0,64	1
Соус красный основной	20	40	0,66	132	0,48	0,96	1,78	3,56	14,16	28,32	0	0,01	0	0	0,54	1,07	1,84	3,68	0,10	0,21
Компот из сухофруктов	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	119,2	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			22,12	259,4	14,66	18,14	75,44	108,24	443,715	701,66	0,34	0,426	0,62	0,32	5,05	7,3	99,99	137,08	4,45 7	5,966
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
Кофейный напиток с молоком	150	200	2,4	3,25	1,95	2,55	8,3	11,05	59,95	79,8	0,02	0,03	0,1	0,125	0,39	0,52	83,2	108,9	0,81	0,81
Итого			7	7,85	6,05	6,65	38,82	41,57	236,95	256,8	0,07	0,08	0,12	0,14 5	0,39	0,52	101,2	126,9	1,37	1,37
Ужин																				
Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	3,72	4,9	3,375	4,5	13,785	18,38	100,11	133,48	0,05	0,05	0,13	0,18	0,6	0,8	113,7	150	0,3	0,3
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			6,45	8,13	3,675	5,2	31,655	39,25	175,31	217,68	0,05	0,05	0,14	0,19	0,64	0,84	121,51	158,31	1,25	1,35