

На 12 февраль 2026г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 36 Искорка

Маселко О. В.

Сад				
	ВЫХОД	ВЫХОД	ккал	ккал
<b>Завтрак</b>			<b>433.12</b>	<b>388.84</b>
Омлет натуральный	100	85	121.92	119.32
Кукуруза консервированная	40	35	22.82	19.89
Бутерброд с сыром	38	36	125.20	118.37
Кофейный напиток с молоком	200	150	163.18	131.26
<b>Завтрак 2</b>			<b>81.36</b>	<b>75.00</b>
Сок фруктовый	73	73	33.82	33.82
Яблоки порционные	80	70	47.54	41.18
<b>Обед</b>			<b>628.09</b>	<b>482.30</b>
Суп картофельный с гречкой	200	150	118.42	86.35
Суфле из отварного мяса	50	45	164.71	148.53
Картофельное пюре на молоке	100	80	122.98	85.62
Свекольная икра	120	100	77.99	67.41
Хлеб пшеничный	35	20	86.39	48.40
Компот из смеси сухфруктов и компотной смеси	200	150	57.60	45.99
<b>Полдник</b>			<b>333.82</b>	<b>289.27</b>
Котлета рыбная	50	45	160.26	139.98
Капуста тушеная	120		74.63	66.69
Хлеб ржано – пшеничный	35	30	72.10	60.30
Чай с сахаром и лимоном	180	150	26.83	22.30
			<b>1476.39</b>	<b>1235.41</b>
Стоимость	дня	178,11	158,69	

Медсестра \_\_\_\_\_ ( )

Номер	Название	Сад		Ясли					
		Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры
Завтрак		433.12	19.75	38.92	21.94	388.84	17.61	34.15	19.96
1.299	Омлет натуральный	121.92	7.77	2.94	8.74	119.32	7.63	2.70	8.61
1.203	Кукуруза консервированная	22.82	0.87	4.41	0.16	19.89	0.75	3.84	0.14
1.504	Бутерброд с сыром	125.20	3.97	10.69	6.68	118.37	3.52	10.69	6.12
1.416	Кофейный напиток с молоком	163.18	7.14	20.88	6.36	131.26	5.71	16.92	5.09
Завтрак 2		81.36	0.61	17.84	0.23	75.00	0.58	16.43	0.20
2.70	Сок фруктовый	33.82	0.37	7.35	0.07	33.82	0.37	7.35	0.07
1.57	Яблоки порционные	47.54	0.24	10.49	0.16	41.18	0.21	9.08	0.13
Обед		628.09	23.25	74.37	24.47	482.30	18.85	54.94	19.30
1.656	Суп картофельный с гречкой	118.42	2.79	18.22	3.87	86.35	2.12	13.87	2.55
1.574	Суфле из отварного мяса	164.71	12.62	0.68	12.38	148.53	11.38	1.69	10.67
2.315	Картофельное пюре на молоке	122.98	3.20	18.82	3.58	85.62	2.28	13.08	2.49
1.412	Свекольная икра	77.99	1.31	7.56	3.42	67.41	1.14	6.60	2.90
1.35	Хлеб пшеничный	86.39	3.03	15.17	1.18	48.40	1.70	8.50	0.66
1.1300	Компот из смеси сухфруктов и компотной смеси	57.60	0.30	13.92	0.04	45.99	0.23	11.20	0.03
Полдник		333.82	18.37	31.24	15.44	289.27	15.99	26.56	13.56
1.660	Котлета рыбная	160.26	13.67	1.75	10.81	139.98	11.94	1.32	9.53
8.281	Капуста тушеная	74.63	1.82	8.39	4.10	66.69	1.65	7.62	3.59
1.248	Хлеб ржано – пшеничный	72.10	2.76	13.52	0.50	60.30	2.31	11.31	0.42
1.277	Чай с сахаром и лимоном	26.83	0.12	7.58	0.03	22.30	0.09	6.31	0.02
		1476.39	61.98	162.37	62.08	1235.41	53.03	132.08	53.02