

## МЕНЮ

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ д/с №1 "Карусель"

Ю. Замоткина

Ясли		27 апреля 2026 г.							
Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	120	3,83	1,42	4,45	1,34	17,5	123,5	3,85
-	Батон	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,86	0
	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,63	0	0,07	33,03	0
12/10	Чай с молоком	150	1,5	1,46	1,45	0,03	9	53,24	7,02
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>7,68</b>	<b>2,91</b>	<b>10,43</b>	<b>2,27</b>	<b>42,56</b>	<b>290,6</b>	<b>10,87</b>
	10:00								
-	Биолакт	200	0	0	3	0	6	49,8	0
	<b>Итого за '10:00 '</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>49,8</b>	<b>0</b>
	Обед								
5/2	Свекольник со сметаной	150	1,71	0	3,33	3,22	13,49	86,33	12,65
3/3	Картофельное пюре	100	2,59	0,42	2,88	0,47	19,41	112,9	9,4
9/7	Биточки (котлеты) рыбные	60	9,74	9	1,3	0,08	5,39	72,57	0,43
1/10	Компот из яблок и кураги	150	0,19	0	0,02	0,02	12,89	49,02	9,63
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,44	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	0
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>18,2</b>	<b>9,42</b>	<b>8,08</b>	<b>4,35</b>	<b>77,75</b>	<b>446,3</b>	<b>32,11</b>
	Полдник								
21/2	Суп молочный с лапшой	150	2,58	1,75	2,75	0,12	9,28	71,6	4,81
	Печенье Золотистое	70	5,62	0,75	12,39	0,61	43,36	304,7	0,1
10/10	Чай	150	0,03	0	0,01	0,01	6,83	26,11	9
	<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>8,22</b>	<b>2,5</b>	<b>15,15</b>	<b>0,74</b>	<b>59,47</b>	<b>402,4</b>	<b>13,91</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>34,1</b>	<b>14,84</b>	<b>36,65</b>	<b>7,36</b>	<b>185,8</b>	<b>1189</b>	<b>56,89</b>
	Содержание, % от калорийности		12		28		60		

## МЕНЮ

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ д/с №1 "Карусель"

Е.Ю. Замоткина

Сад		27 апреля 2026 г.							
Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			
	Завтрак								
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150,00	4,79	1,77	5,57	1,67	21,88	154,3	4,81
-	Батон	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,86	0
	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06	0
12/10	Чай с молоком	200	2	1,94	1,93	0,05	12	70,98	9,36
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>9,17</b>	<b>3,8</b>	<b>15,65</b>	<b>2,62</b>	<b>50</b>	<b>372,2</b>	<b>14,17</b>
	10:00								
-	Йогурт	150	0	0	2,25	0	4,5	37,35	0
	<b>Итого за '10:00'</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2,25</b>	<b>0</b>	<b>4,5</b>	<b>37,35</b>	<b>0</b>
	Обед								
5/2	Свекольник со сметаной	200	2,28	0	4,43	4,29	17,98	115,1	16,86
3/3	Картофельное пюре	120	3,11	0,51	3,46	0,56	23,3	135,5	11,29
9/7	Биточки (котлеты) рыбные	80	12,98	12	1,73	0,11	7,18	96,76	0,58
1/10	Компот из яблок и кураги	200	0,26	0	0,03	0,03	17,18	65,36	12,84
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,44	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	0
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>22,6</b>	<b>12,51</b>	<b>10,2</b>	<b>5,55</b>	<b>92,22</b>	<b>538,2</b>	<b>41,56</b>
	Полдник								
21/2	Суп молочный с лапшой	200	3,44	2,34	3,67	0,16	12,37	95,47	6,42
	Печенье Золотистое	70	5,62	0,75	12,39	0,61	43,36	304,7	0,1
10/10	Чай	200	0,04	0	0,01	0,01	9,11	34,81	12
	<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>9,09</b>	<b>3,09</b>	<b>16,07</b>	<b>0,78</b>	<b>64,84</b>	<b>435</b>	<b>18,51</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>40,86</b>	<b>19,39</b>	<b>44,16</b>	<b>8,95</b>	<b>211,6</b>	<b>1383</b>	<b>74,24</b>
	Содержание, % от калорийности		12		29		59		