

МЕНЮ

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ д/с №1 "Карусель"

Т.Ю. Замоткина



Если		28 апреля 2026 г.								
Но- мер реп.	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.	всего	в т.ч.		
	Завтрак									
14/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	120	3,58	1,8	3,52	0,26	18,11	115,8	3,92	
-	Батон	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,86	0	
5/13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,63	2,66	0	0	35,06	0,07	
	Какао с молоком	150	2,39	2,18	2,31	0,23	10,64	70,34	5,34	
	Итого за 'Завтрак'		10,9	6,61	9,39	1,39	44,74	302,1	9,33	
	10:00									
-	Фрукты	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68	10	
	Итого за '10:00'		0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68	10	
	Обед									
26/2	Суп-пюре из моркови	150	1,91	1,08	2,99	0,09	7,37	61,57	7,42	
34/2	Гренки (сухарики)	5	0,43	0	0,05	0,05	2,56	12,65	0	
	Капуста тушеная с мясом	120	9,12	7,12	9,07	0,14	12,23	162	19,33	
15/10	Напиток из шиповника	150	0,36	0	0,14	0,16	18,36	70,07	55,35	
-	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	
	Итого за 'Обед'		15,78	8,2	12,8	1	67,1	431,8	82,09	
	Полдник									
19/1	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	80	4,7	4,26	11,53	7,86	3,22	133,8	1,22	
	Крендель с сахаром	70	5,49	0,93	10,99	0,59	57,64	345,7	0	
10/10	Чай	150	0,03	0	0,01	0,01	6,83	26,11	9	
	Итого за 'Полдник'		10,21	5,19	22,53	8,46	67,69	505,7	10,22	
	Итого за день		37,29	20	45,12	11,24	191,1	1288	111,65	
	Содержание, % от калорийности		12		33		56			

МЕНЮ

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ д/с №1 "Карусель"

Т.Ю. Замоткина

Сад									
28 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. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
14/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,47	2,26	4,4	0,33	22,63	144,8	4,9
-	Батон	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,86	0
5/13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,63	2,66	0	0	35,06	0,07
	Какао с молоком	200,00	3,18	2,9	3,08	0,3	14,19	93,78	7,12
	Итого за 'Завтрак'		12,59	7,79	11,04	1,53	52,81	354,5	12,09
	10:00								
-	Фрукты	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68	10
	Итого за '10:00'		0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68	10
	Обед								
26/2	Суп-пюре из моркови	200	2,55	1,45	3,98	0,12	9,82	82,09	9,89
34/2	Гренки (сухарики)	5	0,43	0	0,05	0,05	2,56	12,65	0
	Капуста тушеная с мясом	150	11,4	8,89	11,33	0,17	15,28	202,5	24,16
15/10	Напиток из шиповника	200	0,48	0	0,18	0,21	24,49	93,43	73,8
-	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
	Итого за 'Обед'		18,81	10,34	16,11	1,11	78,73	516,1	107,85
	Полдник								
19/1	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	100	5,87	5,33	14,41	9,83	4,03	167,3	1,53
	Крендель с сахаром	70	5,49	0,93	10,99	0,59	57,64	345,7	0
10/10	Чай	200	0,04	0	0,01	0,01	9,11	34,81	12
	Итого за 'Полдник'		11,39	6,26	25,42	10,43	70,78	547,9	13,53
	Итого за день		43,2	24,39	52,96	13,47	213,9	1467	143,47
	Содержание, % от калорийности		12		34		54		