

МЕНЮ

Утверждаю:

Ио Заведующего МАДОУ д/с №1 "Карусель"

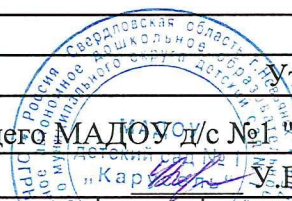
У.В. Волкова

Если

23 июня 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								
11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	120	4,44	1,88	4,04	0,82	20,72	136	6,38
-	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
	Кофейный напиток с молоком	150	2,4	2,18	2,45	0,05	11,01	74,16	13,35
	Итого за 'Завтрак'		11,78	6,68	10,06	1,77	47,72	326	19,8
	Второй завтрак								
2/10	Компот из яблок и изюма	150	0,07	0	0,01	0,01	12,75	48,77	9,58
	Итого за 'Второй завтрак'		0,07	0	0,01	0,01	12,75	48,77	9,58
	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
3/3	Картофельное пюре	100	2,59	0,42	2,88	0,47	19,41	112,9	9,4
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе	60	7,8	8,5	1,64	0,64	2,97	57,63	0,1
15/10	Напиток из шиповника	150	0,36	0	0,14	0,16	18,36	70,07	55,35
-	Хлеб пшеничный	40	2,64	0	0,26	0,26	18,76	89,92	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	0
	Итого за 'Обед'		17,71	10,01	8,31	2,03	81,94	462,7	72,27
	Полдник								
14/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	80	0,58	0	7,91	7,91	2,55	82,1	7,29
	Манник	70	4,49	1,44	2,52	0,34	38,88	192,8	0,07
-	Молоко сгущенное	20	1,44	1,44	1,7	0	11,1	63,48	0,2
10/10	Чай	150	0,03	0	0,01	0,01	6,83	26,11	9
	Итого за 'Полдник'		6,55	2,88	12,13	8,25	59,36	364,5	16,56
	Итого за день		36,1	19,57	30,51	12,06	201,8	1202	118,21
	Содержание, % от калорийности		12		23		64		

МЕНЮ



Утверждаю:

Ио Заведующего МАДОУ д/с №1 "Карусель"

У.В. Волкова

Сад			23 июня 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									
11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,55	2,34	5,05	1,02	25,9	170	7,98	
-	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	
	Кофейный напиток с молоком	200,00	3,2	2,9	3,27	0,07	14,68	98,88	17,8	
	Итого за 'Завтрак'		13,69	7,87	11,88	1,99	56,57	384,8	25,85	
	Второй завтрак									
-	Сок	150	0,75	0	0,15	0	15,45	64,86	3	
	Итого за 'Второй завтрак'		0,75	0	0,15	0	15,45	64,86	3	
	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	
3/3	Картофельное пюре	120	3,11	0,51	3,46	0,56	23,3	135,5	11,29	
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе	80	10,4	11,34	2,18	0,85	3,96	76,84	0,13	
15/10	Напиток из шиповника	200	0,48	0	0,18	0,21	24,49	93,43	73,8	
-	Хлеб пшеничный	40	2,64	0	0,26	0,26	18,76	89,92	0	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	0	
	Итого за 'Обед'		21,59	13,29	10,47	2,41	95,39	548,4	95,11	
	Полдник									
14/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,73	0	9,88	9,88	3,19	102,6	9,11	
	Манник	70	4,49	1,44	2,52	0,34	38,88	192,8	0,07	
-	Молоко сгущенное	20	1,44	1,44	1,7	0	11,1	63,48	0,2	
10/10	Чай	200	0,04	0	0,01	0,01	9,11	34,81	12	
	Итого за 'Полдник'		6,7	2,88	14,11	10,23	62,27	393,7	21,38	
	Итого за день		42,72	24,04	36,62	14,63	229,7	1392	145,34	
	Содержание, % от калорийности		13		24		63			