

МЕНЮ

7 июля 2026 г.

Утверждаю:

МАДОУ детский сад №1 "Карусель"

Заведующий МАДОУ д/с №1 "Карусель"

Т.Ю.Замоткина

Сад

7 июля 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									
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,78	1,75	5,89	1,68	22,54	159,7	4,81
	Масло сливочное	10	0,1	0,1	9,09	0	0,16	82,85	0
-	Батон	30	2,4	0	0,93	0,93	16,59	83,9	0
	Какао с молоком	200	3,09	2,86	3,01	0,26	16,08	100	7,11
-	Сок	150	0,74	0	0,15	0	15,19	63,76	2,95
Итого за 'Завтрак'			11,1	4,7	19,06	2,88	70,56	490,2	14,87
Обед									
31/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	2,08	0	5,24	5,06	13,58	106,9	17,74
	Рис отварной	120	2,9	0,06	6,06	0,41	27,9	178,1	3,05
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе	80	11,04	11,95	2,35	1,03	4,58	83,42	0,14
2/10	Компот из яблок и изюма	200	0,11	0	0,02	0,02	20,46	78,24	12,84
-	Хлеб пшеничный	30	2,1	0	0,21	0,21	14,91	71,45	0
-	Хлеб ржаной	30	2,1	0	0,38	0,38	13,25	61,46	0
Итого за 'Обед'			20,33	12,01	14,26	7,11	94,68	579,6	33,76
Полдник									
14/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,8	0	11,87	11,87	3,48	121,8	9,94
-	Повидло яблочное	10	0,04	0	0	0	6,38	24,3	0,05
-	Батон	30	2,3	0	0,9	0,9	15,93	80,54	0
10/10	Чай	200	0,05	0	0,01	0,01	11,18	42,71	12
Итого за 'Полдник'			3,18	0	12,78	12,78	36,96	269,4	21,99
Итого за день			34,61	16,72	46,1	22,77	202,2	1339	70,62
Содержание, % от калорийности			11		32		58		

МЕНЮ

7 июля 2026 г.

Утверждаю:

МАДОУ детский сад №1 "Карусель"

Заведующий МАДОУ д/с №1 "Карусель"

Ясли

7 июля 2026 г.

Т.Ю.Замоткина

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. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак									
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	120	3,7	1,22	3,74	1,37	17,41	116,2	3,82
	Масло сливочное	5	0,03	0,03	2,82	0	0,05	25,73	0
-	Батон	30	2,43	0	0,95	0,95	16,79	84,91	0
	Какао с молоком	150	2,17	1,88	2,06	0,26	10,04	64,78	5,29
6/10	Компот из сухофруктов	150	0,02	0	0,01	0,02	11,56	44	9,51
Итого за 'Завтрак'			8,34	3,13	9,58	2,59	55,85	335,6	18,61
Обед									
31/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	150	1,51	0,04	3,4	3,22	9,72	73,55	12,39
	Рис отварной	100	1,89	0,03	3,19	0,27	18,26	109,6	2,54
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе	60	7,76	8,47	1,55	0,65	2,77	55,93	0,09
2/10	Компот из яблок и изюма	150	0,07	0	0,01	0,01	12,4	47,44	9,58
-	Хлеб пшеничный	30	2,14	0	0,21	0,21	15,17	72,73	0
-	Хлеб ржаной	30	2,14	0	0,39	0,39	13,5	62,59	0
Итого за 'Обед'			15,51	8,54	8,75	4,75	71,83	421,8	24,61
Полдник									
14/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	80	0,59	0	8,03	8,03	2,58	83,32	7,38
-	Повидло яблочное	10	0,05	0	0	0	8,74	33,29	0,07
-	Батон	30	2,33	0	0,91	0,91	16,12	81,52	0
10/10	Чай	150	0,06	0	0,01	0,02	6,57	25,26	9
Итого за 'Полдник'			3,03	0	8,95	8,95	34,01	223,4	16,45
Итого за день			26,89	11,68	27,28	16,29	161,7	980,8	59,66

Содержание, % от калорийности

11

26

63