

МЕНЮ

21 июля 2026 г.		Утверждаю:							
		Заведующий МАДОУ д/с №1 "Карусель"							
МАДОУ детский сад №1 "Карусель"		Т.Ю.Замоткина							
Сад			21 июля 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. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,54	2,28	4,81	1,04	26,12	168,6	7,97
-	Батон	30	2,46	0	0,96	0,96	17,01	85,99	0
5/13	Сыр (порциями)	10	2,54	2,54	2,56	0	0	33,8	0,07
	Кофейный напиток с молоком	200,00	3,05	2,82	3,17	0,05	14,5	96,53	17,77
-	Сок	150	0,73	0	0,15	0	15,11	63,42	2,93
	Итого за 'Завтрак'		14,32	7,64	11,65	2,05	72,73	448,4	28,73
	Обед								
26/2	Суп-пюре из моркови	200	2,51	1,41	3,69	0,12	9,76	79,04	9,89
34/2	Гренки (сухарики)	5	0,43	0	0,05	0,05	2,56	12,65	0
3/3	Картофельное пюре	120	3,15	0,49	3,19	0,57	23,73	135	11,51
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе	80	12,41	13,62	2,27	0,87	3,88	85,43	0,14
15/10	Напиток из шиповника	200	0,46	0	0,18	0,2	23,94	91,32	70,94
-	Хлеб пшеничный	40	2,64	0	0,26	0,26	18,76	89,92	0
-	Хлеб ржаной	30	2,15	0	0,39	0,39	13,58	62,99	0
	Итого за 'Обед'		23,75	15,52	10,03	2,46	96,21	556,4	92,49
	Полдник								
14/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,72	0	10,11	10,11	3,14	104,5	8,96
	Манник	70	4,53	1,49	2,81	0,33	38,78	195,1	0,07
-	Молоко сгущенное	20	1,4	1,4	1,65	0	10,78	61,67	0,19
10/10	Чай	200	0,04	0	0,01	0,01	9,06	34,6	12
	Итого за 'Полдник'		6,68	2,89	14,58	10,46	61,75	395,9	21,23
	Итого за день		44,75	26,05	36,26	14,97	230,7	1401	142,44
	Содержание, % от калорийности		13		24		63		

МЕНЮ

Утверждаю:

21 июля 2026 г.

Заведующий МАДОУ д/с №1 "Карусель"

МАДОУ детский сад №1 "Карусель"

Т.Ю.Замоткина

МАДОУ детский сад №1 " Карусель"			21 июля 2026 г.						
Если									
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								
11/4	Каша пшениная молочная с маслом сливочным	120	4,57	1,89	4,27	0,85	21,39	141,2	6,38
-	Батон	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,86	0
5/13	Сыр (порциями)	5	1,25	1,25	1,27	0	0	16,7	0,03
	Кофейный напиток с молоком	150	2,39	2,19	2,47	0,05	10,91	73,84	13,36
2/10	Компот из яблок и изюма	150	0,06	0	0,01	0,01	12,27	46,87	9,54
	Итого за 'Завтрак'		10,58	5,34	8,91	1,81	60,56	359,5	29,32
	Обед								
26/2	Суп-пюре из моркови	150	1,91	1,11	3,23	0,08	7,25	63,26	7,43
34/2	Гренки (сухарики)	5	0,42	0	0,05	0,05	2,51	12,42	0
3/3	Картофельное пюре	100	2,59	0,43	3,13	0,46	19,34	114,8	9,36
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе	60	7,84	8,57	1,69	0,69	2,83	57,75	0,1
15/10	Напиток из шиповника	150	0,31	0	0,12	0,14	17,15	65,41	49,03
-	Хлеб пшеничный	40	2,6	0	0,26	0,26	18,42	88,28	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	0
	Итого за 'Обед'		17,64	10,1	8,84	2,05	80,01	460	65,92
	Полдник								
14/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	80	0,61	0	8,68	8,68	2,66	89,54	7,59
	Манник	70	4,65	1,51	2,65	0,34	39,3	196,3	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	6,72	25,67	9
	Итого за 'Полдник'		6,73	2,95	13,03	9,03	59,78	375	16,86
	Итого за день		34,95	18,39	30,78	12,89	200,3	1194	112,09
	Содержание, % от калорийности		12		24		64		