

МЕНЮ

13 октября 2026 г.

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ д/с №1 "Карусель"

МАДОУ детский сад №1 " Карусель"

Т.Ю.Замоткина

Если

13 октября 2026 г.

Но- мер ре- ц	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры,		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	120	2,74	1,6	2,85	0,13	13,13	88,34	4,03
-	Батон	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,86	0
5/13	Сыр (порциями)	5	1,24	1,24	1,25	0	0	16,54	0,03
	Кофейный напиток с молоком	150	2,42	2,2	2,48	0,05	11,07	74,72	13,36
	Биолакт	200	0	0	0	0	0	0	0
6/10	Компот из сухофруктов	200	0,02	0	0,02	0,02	15,68	59,66	12,67
	Итого за 'Завтрак'		8,73	5,03	7,5	1,1	55,88	320,1	30,09
	Обед								
25/2	Суп-пюре из картофеля	150	1,8	0,74	3,23	0,21	10,08	75,75	10,15
34/2	Гренки (сухарики)	5	0,43	0	0,05	0,05	2,58	12,75	0
31/8	Голубцы с мясом свинины и рисом (ленивые)	120	8,5	6,7	11,48	1,14	9,52	172,9	4,25
	Соус томатный	30	0,25	0	0,22	0,02	1,34	8,22	0,49
3/10	Компот из яблок и чернослива	150	0,12	0	0,04	0,05	13,74	52,87	9,66
-	Хлеб пшеничный	30	2	0	0,2	0,2	14,17	67,93	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	0
	Итого за 'Обед'		15,08	7,44	15,57	2,04	63,93	448,4	24,55
	Полдник								
4/6	Омлет с картофелем (запеченный)	100	6,38	5,81	4,93	0,19	8,69	104,1	0,95
-	Хлеб пшеничный	20	1,33	0	0,13	0,13	9,45	45,29	0
-	Пряники	20	2,16	0	0,26	0,26	14,48	68,82	0
12/10	Чай с молоком	150	1,53	1,47	1,46	0,04	9,06	53,74	7,02
	Итого за 'Полдник'		11,4	7,28	6,79	0,63	41,68	272	7,97
	Итого за день		35,21	19,76	29,86	3,76	161,5	1040	62,6
	Содержание, % от калорийности		14		26		60		

МЕНЮ

13 октября 2026 г.

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ д/с №1 "Карусель"

МАДОУ детский сад №1 "Карусель"

Е.Ю. Замоткина

Сад

13 октября 2026

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								
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	3,35	1,98	3,78	0,15	16,11	110,8	5,03
-	Батон	30	2,3	0	0,9	0,9	15,94	80,61	0
5/13	Сыр (порциями)	10	3,05	3,05	3,09	0	0	40,67	0,08
	Кофейный напиток с молоком	200	3,09	2,9	3,25	0,04	15,38	100,7	17,8
-	Йогурт	150	0	0	2,28	0	4,55	37,8	0
	Итого за 'Завтрак'		11,79	7,94	13,29	1,1	51,98	370,6	22,91
	Обед								
25/2	Суп-пюре из картофеля	200	2,69	0,99	4,84	0,33	15,69	115,7	14,44
34/2	Гренки (сухарики)	5	0,42	0	0,05	0,05	2,49	12,32	0
31/8	Голубцы с мясом свинины и рисом (ленивые)	150	12,41	10,42	17,91	1,54	12,2	256,3	5,75
	Соус томатный	50	0,51	0	0,42	0,04	2,75	16,59	0,99
3/10	Компот из яблок и чернослива	200	0,11	0	0,04	0,05	17,69	67,84	12,81
-	Хлеб пшеничный	30	1,93	0	0,19	0,19	13,69	65,64	0
-	Хлеб ржаной	30	2,04	0	0,37	0,37	12,89	59,76	0
	Итого за 'Обед'		20,1	11,41	23,83	2,57	77,41	594,2	33,98
	Полдник								
4/6	Омлет с картофелем (запеченный)	120	8,54	7,72	6,55	0,27	11,94	140,2	1,3
-	Хлеб пшеничный	20	1,29	0	0,13	0,13	9,13	43,76	0
-	Пряники	20	2,76	0	0,33	0,33	18,52	88,04	0
12/10	Чай с молоком	200	1,98	1,95	1,93	0,04	12,62	73,28	9,36
	Итого за 'Полдник'		14,58	9,67	8,93	0,77	52,21	345,2	10,66
	Итого за день		46,47	29,02	46,06	4,44	181,6	1310	67,56
	Содержание, % от калорийности		14		32		53		