УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МКДОУ «Детский сад №22 «Рябинушка»
_____ Таубенова А.Н

Меню на 13.02.2026 г.

Прием пищи	Наименование блюда	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет
День 5		**Вес блюда**		**Энергетическая ценность**		**Белки**		**Жиры**		**Углеводы**	
завтрак	Каша пшеничная	180	200	185,4	206,00	5.87	6.53	5.37	5.97	28.1	31.23
	Кофейный напиток	150	180	67	80,00	2.26	3.87	2.16	3.48	10.02	22.90
	Батон 20/30 масло 6/9	26	39	91.72	137.58	1.6	2.40	5.13	7.67	10.34	15.52
10-00 Сок		100	100	46	46.00	0.5	0.50	0	-	10.1	10.10
Итого за завтрак:		**356**	**419**	**344,12**	**423,58**	**9,73**	**12,8**	**12,66**	**17,12**	**48,46**	**69,65**
Итого за второй завтрак:		**100**	**100**	**46**	**46**	**0,5**	**0,5**	**0**	**0**	**10,1**	**10,1**
обед	Суп овощной со сметаной	180	200	59	87.00	1.2	1.50	2.4	5.20	9	9.80
	Рис отварной	130	150	171	197.00	3.2	3.70	2.9	3.40	38.6	38.60
	Горбуша 60/70 сметанный соус 20/30	80	100	119.9	139.88	15.3	17.85	5.6	6.53	1.7	1.98
	Хлеб крестьянский	25	30	59	70.80	1.92	2.31	0.24	0.29	11.98	14.37
	Хлеб Чусовской	30	37.5	67.5	84.37	2.16	2.70	0.39	0.48	13.35	16.68
	Кисель	150	180	84.75	101.70	0.08	0.09	0.08	0.09	20.93	21.11
	Салат из свеклы с сыром	40	60	53.12	79.68	1.88	2.82	3.8	5.70	2.85	4.28
Итого за обед:		**635**	**757,5**	**614,27**	**760,43**	**25,74**	**30,97**	**15,41**	**21,69**	**98,41**	**106,82**
полдник	Баранки	50	60	183,5	220,20	4,4	5,28	4,3	5,16	31,3	37,56
	Йогурт питьевой	150	180	120	144,00	4,2	5,04	4,5	5,40	17,55	21,06
Итого за полдник:		**200**	**240**	**303,5**	**364,2**	**8,6**	**10,32**	**8,8**	**10,56**	**48,85**	**58,62**
Итого за день:		**1291**	**1516,5**	**1307,89**	**1594,21**	**44,57**	**54,59**	**36,87**	**49,37**	**205,82**	**245,19**

AnyScanner

УТВЕРЖДАЮ:
МКДОУ «Детский сад № 22 «Ромашка»
Гаутман А.Н.

Меню на 13.02.2026 г.

Прием пищи	Наименование блюда	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет
День 5		**Вес блюда**		**Энергетическая ценность**		**Белки**		**Жиры**		**Углеводы**	
завтрак	Каша пшеничная	180	200	185,4	206,00	5,87	6,53	5,37	5,97	28,1	31,23
	Кофейный напиток	150	180	67	80,00	2,26	3,87	2,16	3,48	19,02	22,90
	Батон 20/30 масло 6/9	26	39	91,72	137,58	1,6	2,40	5,13	7,67	10,34	15,52
10-00 Сок		100	100	46	46,00	0,5	0,50	0	-	10,1	10,10
Итого за завтрак:		**356**	**419**	**344,12**	**423,58**	**9,73**	**12,8**	**12,66**	**17,12**	**48,46**	**69,65**
Итого за второй завтрак:		**100**	**100**	**46**	**46**	**0,5**	**0,5**	**0**	**0**	**10,1**	**10,1**
обед	Суп овощной со сметаной	180	200	59	87,00	1,2	1,50	2,4	5,20	9	9,80
	Рис отварной	130	150	171	197,00	3,2	3,70	2,9	3,40	38,6	38,60
	Горбуша 60/70 сметанный соус 20/30	80	100	119,9	139,88	15,3	17,85	5,6	6,53	1,7	1,98
	Хлеб крестьянский	25	30	59	70,80	1,92	2,31	0,24	0,29	11,98	14,37
	Хлеб Чусовской	30	37,5	67,5	84,37	2,16	2,70	0,39	0,48	13,35	16,68
	Кисель	150	180	84,75	101,70	0,08	0,09	0,08	0,09	20,93	21,11
	Салат из свеклы с сыром	40	60	53,12	79,68	1,88	2,82	3,8	5,70	2,85	4,28
Итого за обед:		**635**	**757,5**	**614,27**	**760,43**	**25,74**	**30,97**	**15,41**	**21,69**	**98,41**	**106,82**
полдник	Баранки	50	60	183,5	220,20	4,4	5,28	4,3	5,16	31,3	37,56
	Йогурт питьевой	150	180	120	144,00	4,2	5,04	4,5	5,40	17,55	21,06
Итого за полдник:		**200**	**240**	**303,5**	**364,2**	**8,6**	**10,32**	**8,8**	**10,56**	**48,85**	**58,62**
Итого за день:		**1291**	**1516,5**	**1307,89**	**1594,21**	**44,57**	**54,59**	**36,87**	**49,37**	**205,82**	**245,19**