



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ДОУ  
Ж.Н.Козакова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 28.05.2026

Блюда	вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептур ы
		эн.пenn.	белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>						
Каша жидкая гречневая с саха	150/200	133/170	4,63/6,17	1,24/1,65	25,76/32,72	№199
Бутерброд с сыром	40/50	98,1/116,4	2,3/2,9	5,4/6,1	9,9/12,4	№104
Чай с сахаром	150/180	16/23,9	0	0	4,0/6,0	№411
<b>Итого завтрак:</b>	<b>340/430</b>	<b>247,1/310,3</b>	<b>6,93/9,07</b>	<b>6,64/7,75</b>	<b>39,66/51,12</b>	
<b>Второй завтрак сок</b>	<b>150/180</b>	<b>64/76</b>	<b>0,75/0,9</b>	<b>0</b>	<b>15,15/18,18</b>	<b>№ 418</b>
<b>Обед</b>						
Свежие овощи	40/60	6,0/9,0	0,3/0,5	0/0,1	1,1/1,7	№13
Свекольник со сметаной	150/200	74/102,6	1,5/2,1	3,6/4,8	8,4/11,6	№34
Плов из птицы	140/160	197,75/226	14,51/16,59	5,08/5,81	23,41/26,76	№321
Компот из яблок	150/180	30,1/36,9	0,1/0,1	0	7,4/9,1	№390
Хлеб	45/60	117/156	3,4/4,5	1,12/1,5	22,5/30	№6
<b>Итого обед:</b>	<b>525/660</b>	<b>424,85/530,5</b>	<b>19,81/23,79</b>	<b>9,8/12,11</b>	<b>62,81/79,16</b>	
<b>Полдник</b>						
Кондитерское изделие	25/75	102,5/307,5	1,75/5,25	3/9	17,5/52,5	№1
Какао с молоком	150/180	72,1/105,1	2,6/4,1	2,3/3,3	10,4/15,2	№416
<b>Итого полдник:</b>	<b>175/255</b>	<b>174,6/412,6</b>	<b>4,35/9,35</b>	<b>5,3/12,3</b>	<b>27,9/67,7</b>	
<b>Всего:</b>	<b>1190/1525</b>	<b>910,55/1329,4</b>	<b>31,84/43,11</b>	<b>21,74/32,16</b>	<b>144,66/196,95</b>	