



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ДОУ  
Ж.Н.Козакова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 16.06.2026

Блюда	вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептур ы
		эн.ценн.	белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>						
Каша жидкая рисовая	150/200	151/154	2,12/2,17	3,89/3,89	26,86/27,45	№199
Бутерброд со слив.маслом	40/47	129,1/145,1	2,63/3,28	7,55/7,65	13,03/16,13	№5
Чай с сахаром	150/180	16/23,9	0	0	4/6	№411
<b>Итого завтрак:</b>	<b>340/427</b>	<b>296,1/323</b>	<b>4,75/5,45</b>	<b>11,44/11,54</b>	<b>43,89/49,58</b>	
<b>Второй завтрак сок</b>						
Второй завтрак сок	150/180	64/76	0,75/0,9	0	15,15/18,18	№ 418
<b>Обед</b>						
Суп картоф. с бобовыми	150/200	81/107,8	3,3/4,4	3,1/4,2	9,8/13,01	№87
Рыба ,тушен.с овощами	114,7	118,4	14,8	4,9	3,6	№261
Пюре картофельное	100/150	91,5/137,25	2,04/3,06	3,2/4,8	13,63/20,44	№313
Компот из свежих фруктов	150/180	30,1/36,9	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>579,7/704,7</b>	<b>508,5/635,1</b>	<b>27,33/30,68</b>	<b>13,18/15,47</b>	<b>69,06/86,62</b>	
<b>Полдник</b>						
Запеканка из творога	80/130	198,4/321,1	14,03/22,8	9,6/15,7	13,7/22,3	№251
Чай с сахаром	150/180	16/23,9	0	0	4/6	№411
<b>Итого полдник:</b>	<b>230/310</b>	<b>214,4/345</b>	<b>14,03/22,8</b>	<b>9,6/15,7</b>	<b>17,7/28,3</b>	
<b>Всего:</b>	<b>1299,7/1621,7</b>	<b>1083/1379,1</b>	<b>46,86/59,83</b>	<b>34,22/42,71</b>	<b>145,8/182,68</b>	