

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ДОУ
Ж.Н.Козакова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 22.04.2026

Блюда	вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
		эн.ценн.	белки	жиры	углеводы	
Завтрак						
Каша рассыпчатая	120/150	195/244	6,88/8,6	4,88/6,09	30,92/38,68	№330
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
Итого завтрак:	310/380	309,1/384,3	9,18/11,5	10,28/12,19	44,82/57,08	
Второй завтрак фрукты						
	100/120	44/52,8	0,4/0,48	0,4/0,48	9,8/11,76	№ 386
Обед						
Икра кабачковая	30/50	21,0/28,0	0,27/0,36	1,41/1,88	1,78/2,37	№53
Борщ вегетарианский	150/200	71/95	1,6/2,19	3,56/4,76	8,21/10,94	№65
Котлеты из мяса	60/80	139/183	9,32/12,44	7,07/9,24	9,64/12,56	№299
Макаронные изделия	100/120	116,6/150,57	3,86/4,63	2,0/3,56	20,79/24,95	№219
Компот из сухофруктов	150/180	44,5/48,4	0,2/0,2	0	10,9/11,9	№394
Хлеб	30/40	117/156	3,4/4,5	1,12/1,5	22,5/30	№6
Итого обед:	530/660	492,9/637,77	18,38/23,96	13,75/19,06	73,24/91,55	
Полдник						
Яйцо вареное	40/40	63/63	5,08/5,08	4,6/4,6	0,28/0,28	№227
Хлеб	15/20	117/156	3,4/4,5	1,12/1,5	22,5/30	№6
Чай с сахаром	150/180	16/23,9	0	0	4,0/6,0	№414
Итого полдник:	225/280	281/371	11,43/14,83	10,54/13,73	34,16/45,8	
Всего:	1135/1410	1058,2/1340,97	36,71/45,88	31,56/39,71	155,22/197,84	