



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ДОУ
Ж.Н.Козакова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 28.04.2026

Блюда	вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
		эн.ценн.	белки	жиры	углеводы	
Завтрак						
Макароны отварные с сыром	75/100	109/132	4,64/5,58	5,005/5,14	11,35/15,89	№220
Хлеб ржаной	30/37,5	63/79	2,55/3,2	0,3/0,4	12,9/16	№7
Чай с сахаром	150/180	16/23,9	0	0	4,0/6,0	№411
Итого завтрак:	340/427	254,1/314	6,94/9,03	11,46/12,86	31,17/40,97	
Второй завтрак:Сок						
	150/180	64/78,2	0,75/0,8	0	15,15/17,2	№ 418
Обед						
Суп из разных овощей	150/200	58/77	2,08/2,78	1,15/1,53	9,8/13,09	№110
Гуляш из отварного мяса	72/88	113/139	9,25/11,31	7,44/9,1	2,38/2,9	№293
Пюре картофельное	100/150	91,5/137,25	2,04/3,06	3,2/4,8	13,63/20,44	№313
Хлеб	45/60	117/156	3,4/4,5	1,12/1,5	22,5/30	№6
Свежие овощи	40/60	6,0/9,0	0,3/0,5	0/0,1	1,1/1,7	№13
Компот из яблок	150/180	30,1/36,9	0,1/0,1	0	7,4/9,1	№390
Итого обед:	557/738	415,6/555,15	17,17/22,25	12,91/17,03	56,81/77,23	
Полдник						
Кондитерское изделие	25/75	102,5/307,5	1,75/5,25	3/9	17,5/52,5	№1
Чай с сахаром	150/180	16/23,9	0	0	4,0/6,0	№411
Итого полдник:	175/255	118,5/331,4	1,75/5,25	3,0/9,0	21,5/58,5	
Всего:	1222/1600	852,2/1278,75	26,61/37,33	27,37/38,89	124,63/193,9	

