



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ДОУ
Ж.Н.Козакова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 11.02.2026

Блюда	вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
		эн.ценн.	белки	жиры	углеводы	
Завтрак						
Суп молочный с макаронами	150/200	109/145	4,31/5,75	3,91/5,21	14,14/18,84	№100
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:	340/430	223,1/285,3	6,61/8,65	9,31/11,31	28,04/37,24	
Второй завтрак фрукты	100/120	44/52,8	0,4/0,48	0,4/0,48	9,8/11,76	№ 386
Обед						
Отварная свекла	40/60	0,57/0,85	2,43/3,66	3,34/5,03	37,56/56,56	№34
Щи из свежей капусты	150/200	59/79,8	1,17/1,59	3,68/5,1	5,27/7,04	№ 73
Плов из мяса	140/160	197,75/226	14,51/16,59	5,08/5,81	23,41/26,76	№321
Напиток из плодов шиповника	150/180	61/79	0,51/0,61	0,21/0,25	14,23/18,67	№390
Хлеб	30/40	117/156	3,4/4,5	1,12/1,5	22,5/30	№6
Итого обед:	510/640	435,32/541,65	22,02/26,95	13,43/17,69	102,97/139,03	
Полдник						
Омлет натуральный	60/80	94/124	5,69/7,48	7,42/9,82	1,03/1,44	№229
Хлеб	15/20	117/156	3,4/4,5	1,12/1,5	22,5/30	№6
Кофейный напиток	150/180	70/91	2,34/2,85	2/2,41	10,63/14,36	№414
Итого полдник:	225/280	281/371	11,43/14,83	10,54/13,73	34,16/45,8	
Всего:	1175/1470	983,42/1250,75	40,46/50,91	33,68/43,21	174,97/233,83	