



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ДОУ
Ж.Н.Козакова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 04.02.2026

Блюда	вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
		эн.пenn.	белки	жиры	углеводы	
Завтрак						
Каша пшеничная с сахаром и маслом	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	0/0	4/6	№411
Итого завтрак:	340/430	247,1/310,3	6,93/9,07	6,64/7,75	39,66/51,12	
Второй завтрак фрукты	100/120	44/52,8	0,4/0,48	0,4/0,48	9,8/11,76	№386
Обед						
Суп картофельный с горохом	150/200	81/107,8	3,3/4,4	3,1/4,2	9,8/13,01	№87
Тефтели мясные в соусе	60/80	155/212	8,14/10,91	9,04/12,53	10,3/13,79	№304
Капуста тушеная	100/150	79/120	1,98/3,13	3,71/5,56	9,49/14,38	№143
Напиток из плодов шиповника	150/180	61/79	0,51/0,61	0,21/0,25	14,23/18,67	№390
Хлеб	15/20	117/156	3,4/4,5	1,12/1,5	22,5/30	№6
Итого обед:	475/630	493/674,8	17,33/23,55	17,18/24,04	66,32/89,85	
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:	1140/1460	1065,1/1408,9	36,09/47,93	34,76/46	149,94/198,53	