

**Ежедневное меню  
основного  
(организованного)  
питания**



**5 февраля 2026**

**9 группа**

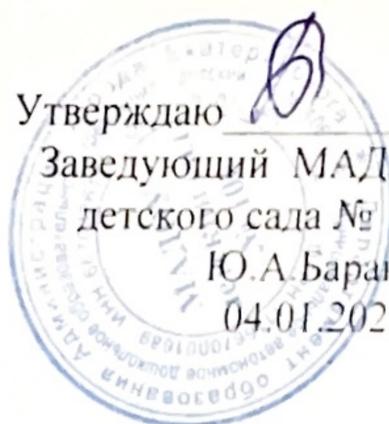
<b>Завтрак 8-30</b>	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Ккал</b>	<b>Вит С мг</b>
<i>Каша ячневая молочная с маслом сливочным</i>	<b>130</b>	7,4	7,9	32,1	158,0	1,3
<i>Хлеб с маслом</i>	<b>25</b>	3,9	7,7	23,6	181	0
<i>Чай с молоком</i>	<b>150</b>	1,4	1,4	11,2	61	0,25
<b>Второй завтрак 10-30</b> <i>Яблоко</i>	<b>1шт</b>	0,4	0,4	9,8	42,2	10,0
<b>Обед 12-00</b>						
<i>Салат из отварного картофеля с кукурузой, луком и растительным маслом</i>	<b>30</b>	0,7	4,9	6,6	61	143
<i>Суп-лапша на курином бульоне</i>	<b>180</b>	2,3	4,3	15	97	0,6
<i>Суфле из мяса кур паровое</i>	<b>50</b>	17,3	17,3	2,2	233	0,3
<i>Свекла тушеная в сметанном соусе</i>	<b>100</b>	3,9	3,9	19,7	118	6,7
<i>Компот из сухофруктов</i>	<b>150</b>	0,5	0	19,9	72	50,2
<i>Хлеб ржаной</i>	<b>30</b>	2,0	3,7	13,2	90	0
<b>Уплотненный полдник 15-30</b>						
<i>Картофель, запеченный в яйце</i>	<b>100</b>	9	8	14	172,4	0,3
<i>Хлеб пшеничный</i>	<b>15</b>	2,0	3,7	13,2	90	0
<i>Пряник</i>	<b>30</b>	5,3	3,9	33,8	188	0,6
<i>Чай</i>	<b>150</b>	0	0	9,1	35	0,9
<b>Итого</b>		<b>52,1</b>	<b>60,5</b>	<b>219</b>	<b>1588</b>	<b>72,28</b>

**Рекомендации на домашний ужин:  
Молоко или кисломолочные продукты  
Приятного аппетита!**

Стоимость дня 128,26 руб

# Ежедневное меню основного (организованного) питания

Утверждаю   
Заведующий МАДОУ -  
детского сада № 106  
Ю.А. Баранова  
04.01.2026 г.



## 5 февраля 2026

Завтрак 8-30	Выход	Белки	Жиры	Углевод ы	К\кал	Вит С мг
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180	7,4	7,9	32,1	158,0	1,3
Хлеб с маслом	40	3,9	7,7	23,6	181	0
Чай с молоком	180	1,4	1,4	11,2	61	0,25
Второй завтрак Яблоко	1шт	0,4	0,4	9,8	42,2	10,0
Обед 12-00						
Салат из овощей с картошкой, луком и растительным маслом	50	0,7	4,9	6,6	61	143
Суп-лапша на курином бульоне	180	2,3	4,3	15	97	0,6
Суфле из мяса кур паровое	70	17,3	17,3	2,2	233	0,3
Свекла тушеная в сметанном соусе	130	3,9	3,9	19,7	118	6,7
Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,9	72	50,2
Хлеб ржаной	35	2,0	3,7	13,2	90	0
Уплотненный полдник 15- 30						
Картофель, запеченный в яйце	130	9	8	14	172,4	0,3
Хлеб пшеничный	25	2,0	3,7	13,2	90	0
Пряник	30	5,3	3,9	33,8	188	0,6
Чай	180	0	0	9,1	35	0,9
Итого		52,1	60,5	219	1588	72,28

Рекомендации на домашний ужин:  
Молоко или кисломолочные продукты  
Приятного аппетита!

Стоимость дня 156,32 руб