

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО (Организованного) ПИТАНИЯ

Утверждаю:   
Заведующий МАДОУ-  
детского сада № 106  
Ю.А.Баранова  
16.02.2026 г.

17 февраля 2026

| Завтрак 8:30                                                       | Выход | Белк<br>и | Жир<br>ы | Углевод<br>ы | К\кал | Вит С<br>мг |
|--------------------------------------------------------------------|-------|-----------|----------|--------------|-------|-------------|
| Каша манная молочная с<br>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           |
| Какао с молоком                                                    | 180   | 1,4       | 1,4      | 11,2         | 61    | 0,25        |
| Второй завтрак 10:30<br>Яблоко                                     | 1шт   | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 42,2  | 10,0        |
| Обед 12:00                                                         |       |           |          |              |       |             |
| Салат из отварной свеклы<br>с черносливом и<br>растительным маслом | 50    | 1         | 4        | 11           | 82    | 0,2         |
| Борщ со сметаной                                                   | 180   | 1,7       | 1,1      | 11,4         | 2,36  | 0,6         |
| Биточки (котлеты)<br>рыбные                                        | 70    | 13,1      | 12,9     | 6,5          | 192   | 0,9         |
| Греча рассыпчатая со<br>сливочным маслом                           | 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<br>15:30                                       |       |           |          |              |       |             |
| Печень по-строгановски                                             | 80    | 6,8       | 14,1     | 2,3          | 169   | 0,4         |
| Макароны отварные                                                  | 130   | 9,8       | 13,1     | 1,7          | 164   | 0,3         |
| Чай                                                                | 180   | 0         | 0        | 9,1          | 35    | 0,9         |
| Хлеб пшеничный                                                     | 25    | 2,0       | 3,7      | 13,2         | 90    | 0           |
| Печенье                                                            | 20    | 5,3       | 3,9      | 33,8         | 188   | 0,2         |
|                                                                    |       | 51,9      | 58,9     | 227          | 1887  |             |

Рекомендации на домашний ужин:

Молоко или кисломолочные продукты  
Приятного аппетита!

Цена дня: 167,69руб



# Ежедневное меню основного (организованного) питания

Утверждаю:   
Заведующий МАДОУ-  
детского сада № 106  
Ю.А. Баранова  
16.02.2026 г.

**17 февраля 2026**

**5 группа**

| Завтрак 8:30                                                 | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал  | Вит С мг |
|--------------------------------------------------------------|-------|-------|------|----------|-------|----------|
| Каша манная молочная с маслом сливочным                      | 130   | 7,4   | 7,9  | 32,1     | 158,0 | 1,3      |
| Хлеб с маслом                                                | 25    | 3,9   | 7,7  | 23,6     | 181   | 0        |
| Какао с молоком                                              | 150   | 1,4   | 1,4  | 11,2     | 61    | 0,25     |
| Второй завтрак 10:30                                         | 1шт   | 0     | 0    | 11       | 45    | 0,1      |
| Ябло                                                         |       |       |      |          |       |          |
| Обед                                                         |       |       |      |          |       |          |
| Салат из отварной свеклы с черносливом и растительным маслом | 30    | 0     | 2    | 7        | 49    | 18,3     |
| Борщ со сметаной                                             | 150   | 1,7   | 1,1  | 11,4     | 2,36  | 0,6      |
| Биточки (котлеты) рыбные                                     | 60    | 13,1  | 12,9 | 6,5      | 192   | 0,9      |
| Греча рассыпчатая со сливочным маслом                        | 110   | 3,9   | 3,9  | 19,7     | 118   | 6,7      |
| Компот из сухофруктов                                        | 150   | 0,5   | 0    | 19,9     | 72    | 50,2     |
| Хлеб ржаной                                                  | 30    | 2,0   | 3,7  | 13,2     | 90    | 0        |
|                                                              |       |       |      |          |       |          |
| Уплотненный полдник 15:30                                    |       |       |      |          |       |          |
| Суфле из печени                                              | 60    | 0,11  | 0,41 | 0,15     | 97,98 | 0,3      |
| Макароны отварные                                            | 110   | 4     | 3    | 1,5      | 170   | 0,2      |
| Чай                                                          | 150   | 0     | 0    | 9,1      | 35    | 0,9      |
| Хлеб пшеничный                                               | 15    | 2,0   | 3,7  | 13,2     | 90    | 0        |
| Печенье                                                      | 12    | 5,3   | 3,9  | 33,8     | 188   | 0,2      |
|                                                              |       | 51,9  | 58,9 | 227      | 1887  |          |

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

Цена дня: 131,56руб