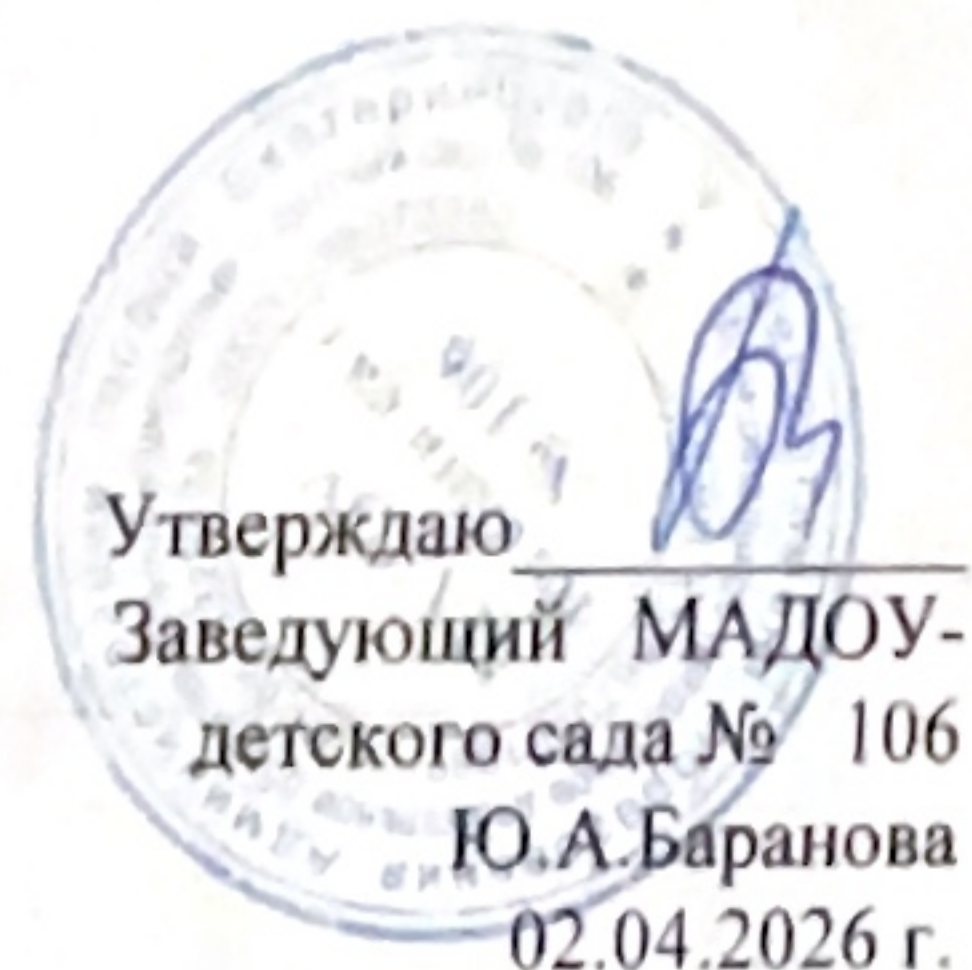


# Ежедневное меню основного (организованного) питания



**9 группа**


**3 апреля 2026**

<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>
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	130	7,4	7,9	32,1	158,0	1,3
Батон с маслом и сыром	30	3,9	7,7	23,6	181	0
Кофейный напиток с молоком	150	1,4	1,4	11,2	61	0,25
<b>Второй завтрак 10-00</b> Напиток из шиповника	100	0,4	0,4	9,8	42,2	10
<b>Обед 12-00</b>						
Суп фасолевый	150	2,3	4,3	15	97	0,6
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	150	17,3	17,3	2,2	233	0,3
Компот из сухофруктов	150	0,5	0	19,9	72	50,2
Хлеб ржаной	30	2,0	3,7	13,2	90	0
<b>Уплотненный полдник 15-30</b>						
Суфле рыбное	50	3,1	4,2	22,3	134	0,1
Каша рисовая рассыпчатая	100	0	0	9,1	35	0,9
Хлеб пшеничный	15	2,0	3,7	13,2	90	0
Пряник	12	5,3	3,9	33,8	188	0,6
Чай	150	0	0	0,021	90	0,2
<b>Итого</b>		<b>63,4</b>	<b>62,7</b>	<b>217</b>	<b>1555</b>	

**Рекомендации на домашний ужин:  
Кисломолочные продукты**

Стоимость дня 131,88 руб

**Ежедневное меню  
основного  
(организованного)  
питания**

Утверждаю   
Заведующий МАДОУ-  
детского сада № 106  
Ю.А.Баранова  
02.04.2026 г.

**3 апреля 2026**

<b>Завтрак 8-30</b>	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>К\кал</b>	<b>Вит С</b>
						<b>мг</b>
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180	7,4	7,9	32,1	158,0	1,3
Батон с маслом и сыром	45	3,9	7,7	23,6	181	0
Кофейный напиток с мол.	180	1,4	1,4	11,2	61	0,25
<b>Второй завтрак 10-00</b>						
Напиток из шиповника	100	0,4	0,4	9,8	42,2	10
<b>Обед 12-00</b>						
Суп фасолевый	180	2,3	4,3	15	97	0,6
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	180	17,3	17,3	2,2	233	0,3
Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,9	72	50,2
Хлеб ржаной	35	2,0	3,7	13,2	90	0
<b>Уплотненный полдник 15-30</b>						
Рыба в молочном соусе	70	3,1	4,2	22,3	134	0,1
Каша рисовая рассыпчатая	100	0	0	9,1	35	0,9
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	0,021	90	0,2
<b>Итого</b>		<b>63,4</b>	<b>62,7</b>	<b>217</b>	<b>1555</b>	

Рекомендации на домашний ужин:  
Кисломолочные продукты

Стоимость дня: 156,05руб