

Ежедневное меню основного (организованного) питания



9 апреля 2026

Завтрак 08:30	Выход	Белк и	Жиры	Углевод ы	Ккал	Вит С мг
Сырники творожные	140	26,0	19,8	28,4	374	1,7
Соус молочный сладкий	20					
Хлеб с маслом	40	3,9	7,7	23,6	181	0,3
Чай с молоком	180	3,0	2,9	22,9	131,7	0
Второй завтрак 10:30						
Сок	100	0,4	0,4	9,8	42,2	10,0
Обед 12:00						
Салат из зеленого горошка	50	1,0	2,0	6,0	39,0	10,0
Щи из свежей капусты со сметаной	180	2,2	5,4	12,7	100	0,6
Гуляш из филе птицы	70	13,1	12,9	6,5	190	-
Греча рассыпчатая со сливочным маслом	130	5,3	3,9	6,5	188	0,3
Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,9	72	50
Хлеб ржаной	35	2,0	3,7	13,2	90	-
Уплотненный полдник 15:30						
Биточки картофельные	130	0,7	4,2	26,4	158	0,3
Соус сметанный	30	32	0	2	1	30
Чай с сахаром	180	0	0	9,1	35	-
Хлеб пшеничный	25	2,0	3,7	13,2	90	-
Печенье	20	0,8	0,9	23,25	106	-
ИТОГО		66,7	75,1	186,4	1653	65

Рекомендации на домашний ужин:

блюда из овощей, кисломолочные продукты
Приятного аппетита!

Стоимость дня 181,71 руб.

Ежедневное меню основного (организованного) питания

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ -
детского сада № 106
Ю.А.Баранова
08.04.2026г



9 апреля 2026

5 группа

Завтрак 08:30	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С мг
Сырники творожные	100	26,0	19,8	28,4	374	1,7
Соус молочный сладкий	20					
Хлеб с маслом	25	3,9	7,7	23,6	181	0,3
Чай с молоком	150	3,0	2,9	22,9	131,7	0
Второй завтрак 10:30						
Сок	125	0,4	0,4	9,8	42,2	10,0
Салат из овощей	30	0,3	0,5	0,4	63	0,7
Щи из свежей капусты	150	2,2	5,4	12,7	100	0,6
Фрикадельки из филе птицы	50	13,1	12,9	6,5	190	-
Греча рассыпчатая со сливочным маслом	120	5,3	3,9	6,5	188	0,3
Компот из сухофруктов	150	0,5	0	19,9	72	50
Хлеб ржаной	30	2,0	3,7	13,2	90	-
Уплотненный полдник 15:30						
Биточки картофельные	100	0,7	4,2	26,4	158	0,3
Соус молочный	20	21	0	2	1	20
Чай с сахаром	150	0	0	9,1	35	-
Хлеб пшеничный	25	2,0	3,7	13,2	90	-
Печенье	12	0,8	0,9	23,25	106	-
ИТОГО		66,7	75,1	186,4	1653	65

**Рекомендации на домашний ужин:
блюда из овощей, кисломолочные продукты
Приятного аппетита!**

Стоимость дня 123,84 руб.