


**Ежедневное меню  
основного  
(организованного)  
питания**

Утверждаю:   
Заведующий МАДОУ-  
детского сада № 106  
Ю. А. Баранова  
10.04.2026

**13 апреля 2026**

<b>Завтрак 8-30</b>	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жир</b>	<b>Углевод</b>	<b>К\кал</b>	<b>Вит С</b>
			<b>ы</b>	<b>ы</b>		<b>мг</b>
Каша геркулесовая 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
<b>Второй завтрак 10:30</b>						
Сок	100	0,4	0,4	93,8	42,2	74
<b>Обед 12-00</b>						
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	50	0,7	4,9	17,92	1,43	0,6
Свекольник со сметаной	180	13,1	12,9	6,5	192	0,9
Котлета из мяса кур	70	3,9	3,9	19,7	118	6,7
Рагу из овощей	100	0,5	0	19,9	72	1,6
Компот из сухофруктов	180	2,0	3,7	13,2	90	50
Хлеб ржаной	35	3,9	3,9	19,7	118	1,2
<b>Уплотненный полдник 15:30</b>						
Творожная запеканка	150	20,0	17,1	27,4	341	1,6
Соус фруктовый (из яблок)	30	0,7	1,4	4,5	33	0,1
Чай с сахаром	180	6,14	7,0	9,0	124,0	-
Хлеб пшеничный	25	2,0	3,70	13,2	90	0
Пряник	30	5,3	3,9	33,8	188	0,2
		<b>70,44</b>	<b>75,7</b>	<b>219,54</b>	<b>1876</b>	<b>72,3</b>

Рекомендации на домашний ужин:

Фрукты.

Приятного аппетита!

Стоимость дня 179,10руб.

# Ежедневное меню основного (организованного) питания



13 апреля 2026

9 группа

Завтрак 8-30	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С мг
Каша геркулесовая 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
Чай	150	1,4	1,4	11,2	61	0,25
Второй завтрак 10:30 Сок	125	0	0	11	45	0,1
<b>Обед 12-00</b>						
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	30	0,7	4,9	17,92	1,43	0,6
Свекольник со сметаной	150	13,1	12,9	6,5	192	0,9
Котлета из мяса кур	50	3,9	3,9	19,7	118	6,7
Рагу из овощей	100	0,5	0	19,9	72	1,6
Компот из сухофруктов	150	2,0	3,7	13,2	90	50
Хлеб ржаной	30	3,9	3,9	19,7	118	1,2
<b>Уплотненный полдник 15-30</b>						
Творожная запеканка	130	20,0	17,1	27,4	341	1,6
Соус молочный (сладкий)	20	0,7	1,4	4,5	33	0,1
Чай с сахаром	150	6,14	7,0	9,0	124,0	-
Хлеб пшеничный	15	2,0	3,70	13,2	90	0
Пряник	30	5,3	3,9	33,8	188	0,2
		<b>70,44</b>	<b>75,7</b>	<b>219,54</b>	<b>1876</b>	<b>72,3</b>

Рекомендации на домашний ужин:

Фрукты.

Приятного аппетита!

Стоимость дня 129,13 руб.