

Ежедневное меню основного (организованного) питания

Утверждаю
Заведующий МАДОУ-
детского сада № 106
Ю.А.Баранова
16.04.2026 г.

5 группа


17 апреля 2026

Завтрак 8-30	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С мг
Каша пшеничная 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
Второй завтрак 10-00 Сок	125	0,4	0,4	9,8	42,2	10
Обед 12-00						
Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом	30	1,12	4,42	6,74	77,11	1,1
Суп «Здоровье»	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
Уплотненный полдник 15-30						
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
Печенье	12	5,3	3,9	33,8	188	0,6
Чай	150	0	0	0,021	90	0,2
Итого		63,4	62,7	217	1555	

**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
16.04.2026 г.

17 апреля 2026

Завтрак 8-30	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал	Вит С
			ы	ы		мг
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 молоком	180	1,4	1,4	11,2	61	0,25
Втор	10-00					
Сок	100	0,4	0,4	9,8	42,2	10
Обед 12-00						
Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом	50	1,12	6,74	4,42	77,11	1,1
Суп «Здоровье»	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
Уплотненный полдник 15-30						
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
Печенье	20	5,3	3,9	33,8	188	0,6
Чай	180	0	0	0,021	90	0,2
Итого		63,4	62,7	217	1555	

Рекомендации на домашний ужин:
Кисломолочные продукты

Стоимость дня: 156,05руб