МБДОУ "Детский сад "Алёнушка"п.Эгвекинота"

Утверждаю
И.о. заведующего _____ / Ж.П.Мартсай /
(подпись) (расшифровка подписи)

МЕНЮ на 05.06.2026г.

Неделя 2
День 5
Возрастная категория: с 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	N рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша молочная пшенная	150	5,07	7,82	19,39	168,70	137
	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,22	9,28	45,80	84
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,60	0,07	33,05	88
	Чай с молоком	180	1,44	1,17	10,35	57,60	31
итого за завтрак		**355**	**7,97**	**12,81**	**39,09**	**305,15**	
второй завтрак	Кисель фруктовый	100	0,04	0,00	11,13	44,70	38
итого за второй завтрак		**100**	**0,04**	**0,00**	**11,13**	**44,70**	
обед	Томаты в собственном соку	30	0,00	0,00	1,20	4,80	111
	Суп картофельный с клецками	150	1,83	2,67	8,49	70,88	14
	Печень по строгановски	60	9,15	3,46	2,13	72,90	200
	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,27	5,30	30,20	222,20	185
	Хлеб пшеничный	50	3,55	0,55	23,20	114,50	84
	Компот из консервированных фруктов	180	0,43	0,16	29,20	120,00	45
итого за обед		**580**	**21,23**	**12,14**	**94,42**	**605,28**	
полдник	Пирожок со сладкой начинкой	60	2,97	1,86	24,98	133,73	62
	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20	32
итого за полдик		**240**	**8,19**	**6,36**	**33,62**	**230,93**	
ужин	Запеканка макаронная с мясом	130	15,74	13,51	16,97	252,78	203
	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,22	9,28	45,80	84
	Чай с вареньем	150	0,30	0,08	11,18	46,50	46
итого за ужин		**300**	**17,46**	**13,81**	**37,43**	**345,08**	
Итого за день:		**1575**	**54,89**	**45,11**	**215,68**	**1531,14**	

Неделя 2
День 5
Возрастная категория: с 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	N рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша молочная пшенная	180	6,08	9,38	23,27	202,45	137
	Хлеб пшеничный	30	2,13	0,33	13,92	68,70	84
	Масло сливочное (порциями)	7	0,05	5,07	0,09	46,27	88
	Чай с молоком	200	1,60	1,30	11,50	64,00	31
итого за завтрак		**417**	**9,86**	**16,08**	**48,78**	**381,42**	
второй завтрак	Кисель фруктовый	100	0,04	0,00	11,13	44,70	38
итого за второй завтрак		**100**	**0,04**	**0,00**	**11,13**	**44,70**	
обед	Томаты в собственном соку	50	0,00	0,00	2,00	8,00	111
	Суп картофельный с клецками	180	2,20	3,20	10,19	85,05	14
	Печень по строгановски	80	12,20	4,63	2,84	97,21	200
	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,41	6,27	35,69	262,60	185
	Хлеб пшеничный	60	4,26	0,66	27,84	137,40	84
	Компот из консервированных фруктов	200	0,48	0,18	32,44	133,40	45
итого за обед		**700**	**26,55**	**14,94**	**111,00**	**723,66**	
полдник	Пирожок со сладкой начинкой	80	3,96	2,48	33,30	178,30	62
	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	108,00	32
итого за полдик		**280**	**9,76**	**7,48**	**42,90**	**286,30**	
ужин	Запеканка макаронная с мясом	130	15,74	13,51	16,97	252,78	203
	Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,60	84
	Чай с вареньем	200	0,40	0,10	14,90	62,00	46
итого за ужин		**370**	**18,98**	**14,05**	**50,43**	**406,38**	
Итого за день:		**1867**	**65,19**	**52,55**	**264,24**	**1842,46**	