

Утверждено



Согласовано

*Вяткина Г.Т.*

Вяткина Г.Т.

МБДОУ детский сад "Медвежонок"

Отд./корп

День

6 понедельник

Меню по возрастам, соблюдено СанПиН 2.4.2.4.3590-20 от 3 до 7 лет

02.02.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества		
				Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	164,00	7,57	3,50	30,02
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	27,08	0,11	0,00	6,67
	Бутерброд с маслом, сыром (батон, масло сливочное, сыр)	50	157,61	3,33	5,07	15,69
	Хлеб пшеничный (водированный)	50	114,86	3,70	0,30	24,60
		400	348,69	11,01	8,57	52,38
Обед	Закуска порционная (зеленый горошек)	50	66,81	0,10	3,22	19,74
	Суп картофельный с бобовыми	150	126,15	7,34	5,10	12,68
	Плов со свиной	160	239,61	3,79	6,69	19,09
	Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахар)	180	46,44	0,00	0,00	11,62
	Хлеб Украинский	20	39,57	1,285	0,17	8,22
	Хлеб пшеничный (водированный)	30	68,92	2,22	0,18	14,76
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	83,42	0,97	0,19	19,59
Ужин	Омлет	150	176,86	13,12	13,00	1,83
	Чай с сахаром (чай, сахар-песок)	200	27,08	0,11	0,00	6,67
	Хлеб пшеничный (водированный)	60	137,83	4,44	0,36	29,52
Ужин 2	Чай (чай-заварка)	200	4,80	0,39	0,00	0,81
	Печенье	30	125,10	2,25	2,94	22,32