

МБДОУ "Лучик" с. Пионерское

" 25 " 02 2026 г.

1-я среда

М Е Н Ю

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецентуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1, день 3						145	101
завтрак	Суп молочный с крупой (гречка)	180	6	5	17	91	1
	Бутерброд с маслом	40/5	3	4	21	41	412
	Чай с лимоном	180	10	0,4	10	277	
Итого за завтрак			19	9,4	48	169	
	Печенье	35	2	8	23	106	420
II завтрак	Йогурт	180	5	6	7	275	
итого за завтрак			7	14	30	41	73
обед	Щи с мясом и фасолью	180	1	2	4	350	319
	Птица тушеная в соусе с овощами	180	21	20	22	64	13
	Салат из консерв. огурцов с луком	50	0	1	6	100	
	Хлеб ржаной	40	1	3	19	91	417
	Напиток из шиповника	180	0	1	19	646	
итого за обед			23	27	71	203	223
Полдник	Запеканка из творога	80	9	6	28	112	416
	Какао с молоком	180	4	4	15	315	
итого за полдник			13	10	43	1513	
Итого за день			62	60,4	192		

Утверждаю:

Кладовских



О.Ю.Ершова

Ольга Юрьевна Ершова