

МБДОУ "Лучик" с. Пионерское

"04" "02" 2026 г.

2-я среда

М Е Н Ю

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя / день						
завтрак	Суп молочный с макаронами	180	4	6	8	105
	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/10	9	7	20	184
	Чай с лимоном	180	10,07	0,02	10,04	40,82
Итого за завтрак			23,07	13,02	38,04	329,82
	Печенье	35	2	8	23	169
II завтрак	Йогурт	180	5	6	7	106
итого за завтрак			7	14	30	275
обед	Рассолник "ленинградский"	180	2	4	14	101
	Плов с курицей	120	2	4	14	101
	Салат из консерв. огурцов с луком	50	0	1	6	64
	Хлеб ржаной	40	1	3	20	100
	Компот из сухофруктов	180	1	4	32	130
итого за обед			6	16	86	496
Полдник	Запеканка из творога	80	9	6	28	203
	Какао с молоком	180	4	4	15	112
итого за полдник			13	10	43	315
Итого за день			49,07	53,02	197,04	1415,32

Утверждаю:

*Кладовицкая*



О.Ю.Ершова

*О.Ю.Ершова*