

МБДОУ "Лучик" с. Пионерское

"20" "02" 2026 г.

2-я пятница

М Е Н Ю

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
Неделя I, день 10			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Суп молочный с крупой (гречка)	180	6	5	17	145	101
	Бутерброд с маслом и сыром	40/5/10	9	7	20	184	3
	Чай с лимоном	180	10	0,4	10	41	412
Итого за завтрак			25	12,4	47	370	
	Печенье	35	2	8	23	169	
II завтрак	Йогурт	180	5	6	7	106	420
итого за завтрак			7	14	30	275	420
обед	Суп картофельный с пшеном	180	1	1	8	48	85
	Тефтели мясные	80	7	7	8	124	304
	Салат из квашенной капусты	50	1	0,7	1,5	70	
	Хлеб пшеничный	40	0,6	2	15,03	71	
	Пюре картофельное	120	3	4	18	125	339
	Напиток из шиповника	180	0	1	19	91	417
итого за обед			12,6	15,7	69,53	529	
Полдник	Булочка творожная	45	7	3	27	163	470
	Молоко кипяченое	180	5	6	8	108	419
итого за полдник			12	9	35	271	
Итого за день			56,6	54,1	181,53	1445	

Утверждаю:

Кладовщик



О.Ю.Ершова

Мюшина А. У.