

МБДОУ "Лучик" с. Пионерское

" 09 " 02 2026 г.

1-й понедельник

М Е Н Ю

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1, день 1							
завтрак	Суп молочный слизистый (овсянка)	180	6	4	24	178	98
	Бутерброд с маслом	40/5	3	4	21	91	1
	Чай с лимоном	180	10,07	0,02	10,04	40,82	412
Итого за завтрак			19,07	8,02	55,04	309,82	
II завтрак	Печенье	35	2	8	23	169	
	Сок фруктовый	150	1	0,7	24	110	389
	Итого за завтрак		3	8,7	47	279	
обед	Суп картофельный с горохом	180	4	4	14	109	87
	Рыба тушеная с овощами	75	2	5	10	89	321
	Салат из квашенной капусты	50	1	0,7	1,5	70	
	Хлеб пшеничный	40	0,6	2	15,03	71	
	Рис отварной	120	4	6	40	226	332
	Компот из сухофруктов	180	1	4	32	130	394
итого за обед			12,6	21,7	112,53	695	
Полдник	Булочка творожная	45	7	3	27	163	470
	Какао с молоком	180	4	4	15	112	416
итого за полдник			11	7	42	275	
Итого за день			45,67	45,42	256,57	1558,82	

Утверждаю:

Кладовщик



О.Ю.Ершова

Машинка А. И.