

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»

УТВЕРЖДАЮ

Э.Ф.Галлямина

МЕНЮ 5

На «05» июня 2026 года

№ п/п	Наименование приема пищи	САД		Пищевые вещества			Витамины
		выход	10,5 час.	белки	жиры	клетчатка	
	ЗАВТРАК	выход	10,5 час.	белки	жиры	клетчатка	С
1	Каша полбяная молочная с маслом	200/3		8,2	7,9	19,2	180
2	Какао с молоком	180		2,42	2,58	13,61	87
3	Бутерброд с маслом сливочным	25/5		1,91	4,35	12,89	99
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1	Сок	125		0,9	0,08	22	91
	ОБЕД						
1	Салат из свежей капусты	50		0,7	2,5	4,5	43,5
2	Щи со свеж капустой, картофелем, мяс фрик	200/15/5		4,6	4,2	22	144
3	Плов из курицы	160		12	14	38,9	330
4	Компот из свеж яблок	180		0,1	0,1	11,8	49
5	Хлеб сельский	37,5		1,8	0,4	18	82,5
	ПОЛДНИК						
1	Крекер	10		5,8	4	32	187
2	Кефир	110		3,68	2,75	5,07	68
3	Рагу с курицей	25/120		6	9,5	16,9	177
4	Чай с сахаром и лимоном	180/5/5		0,12	0,01	10,2	41
5	Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»:

Э.Ф.Галлямина

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»

УТВЕРЖДАЮ

Э.Ф.Галлямина

МЕНЮ 5

На «05» июня 2026 года

№ п/п	Наименование приема пищи	ЯСЛИ		Пищевые вещества			Витамины
		выход	10,5 час.	белки	жиры	углеводы	
	ЗАВТРАК	выход	10,5 час.	белки	жиры	углеводы	Ккал
1	Каша полбяная молочная с маслом	150/3		6,03	5,95	14,47	136
2	Какао с молоком	160		2	2,2	11,3	73,3
3	Бутерброд с маслом сливочным	25/5		1,9	4,4	13	99
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1	Фрукты свежие	85		0,34	0,34	10,2	45
	ОБЕД						
1	Салат из свежей капусты	30		0,42	1,5	2,7	26,1
2	Щи со свеж капустой, картофел и мас фрик	150/10/5		3,45	3,15	16,5	108
3	Плов из курицы	130		10	11,5	32	272
4	Компот из свеж яблок	150		0,1	0,1	10,2	42,1
5	Хлеб сельский	30		1,5	0,3	14,3	66
	ПОЛДНИК						
1	Крекер	10		3,8	3	22	130
2	Кефир	100		2,3	2,5	3,6	46
3	Рагу с курицей	20/100		4,97	7,86	19,9	147
4	Чай с сахаром и лимоном	160/4		0,05	0,01	4,42	18
5	Хлеб пшеничный	20		1,6	0,2	9,8	47

Заведующий МАДОУ «Детский сад №379»:

Э.Ф.Галлямина