

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 5 «Колокольчик»
Т.А. Волобуева

МЕНЮ

2026 г.

Завтрак:

Наименование блюд	Масса Порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин
		белки	жиры	Угл-ды	Ккал	С
<i>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</i>	180/3	7,73	5,60	39,81	241,16	0,86
<i>Какао с молоком</i>	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78	1,43
<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	30/5	2,29	4,50	15,49	111,68	

2-ой Завтрак:

<i>Сок</i>	200	1,0	0,00	20,20	84,80	4,0
------------	-----	-----	------	-------	-------	-----

Обед:

<i>Салат картофельный с морковью и солеными огурцами</i>	60	0,82	3,13	5,15	51,96	7,20
<i>Борщ со свежей капустой, с картофе-лем на мясном булье-не, со сметаной</i>	180/7	1,48	4,59	8,12	85,97	7,71
<i>Гуляш из отварной говядины</i>	40/40	11,64	13,43	2,31	176,80	0,74
<i>Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным</i>	130/3	7,62	4,16	34,47	205,27	0
<i>Кисель</i>	180	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99
<i>Хлеб пшеничный</i>	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00
<i>Хлеб ржаной</i>	45	2,97	0,54	17,84	89,19	

Полдник:

<i>Кисломолочный напиток(ряженка)</i>	180	4 5,22	4,50	7,56	92,00	0,45
<i>Кондитерское изделие(вафли)</i>	20	0,75	6,10	12,50	108,50	0

Ужин:

<i>Королевская ватрушка</i>	120/30	18,44	10,96	58,36	404,00	
<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83