

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

МЕНЮ

2026г.

Завтрак:

| Наименование блюд | Масса Порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Витамин С |
|---|-----------------|------------------|------|--------|----------------------------|--------------|
| | | белки | жиры | Угл-ды | | |
| | | сад | сад | сад | сад | сад |
| <i>Каша ячневая молочная с маслом сливочным</i> | 180/3 | 6,04 | 5,54 | 30,04 | 214,80 | |
| <i>Кофейный напиток с молоком</i> | 180/6 | 2,85 | 2,41 | 5,99 | 74,58 | 1,17 |
| <i>Бутерброд с маслом сливочным</i> | 30/5* | 2,29 | 4,50 | 15,49 | 111,68 | |

2-ой Завтрак:

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

Обед:

| | | | | | | |
|---|-------|-------|-------|-------|--------|------|
| <i>Салат из свеклы с яблоками</i> | 60 | 0,65 | 3,1 | 3,86 | 46,02 | |
| <i>Щи со свежей капустой, с картофелем на бульоне из индейки, со сметаной</i> | 180/7 | 1,36 | 4,59 | 4,77 | 70,02 | 8,00 |
| <i>Индейка тушеная с овощами по-татарски</i> | 40/30 | 10,76 | 10,11 | 19,42 | 150,93 | 5,03 |
| <i>Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным</i> | 130/3 | 4,81 | 6,09 | 22,96 | 165,79 | 0,00 |
| <i>Компот из урюка</i> | 180 | 0,40 | 0,02 | 16,60 | 68,20 | 2,44 |
| <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 (напиток ацидофильный)</i> | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,54 |
|---|-----|------|------|------|-------|------|

Ужин:

| | | | | | | |
|--|--------|-------|-------|-------|--------|------|
| <i>Запеканка творожная с молоком сгущённым</i> | 130/20 | 24,20 | 20,06 | 32,78 | 408,20 | 0,54 |
| <i>Чай с сахаром</i> | 180/6 | 0,06 | 0,02 | 6,02 | 24,10 | 0,03 |