

Утверждаю:



Заведующая Д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Коваленко Т.Е.

МЕНЮ

на «12» августа 2026 г.

от 1,6 до 3 лет

Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, калл	Приём пищи ,наименование блюда	Масса порции, г
белки	жиры	углеводы			
				Завтрак :	
4,05	5,69	25,25	168	1.Каша геркулесовая со сливочным маслом молочная	130
2,45	7,55	14,62	136	2.Бутерброд с повидлом	20/5
0,04	0,01	6,99	28	3. Чай с сахаром	150/5
				Обед:	
1,38	3,92	9,76	80	1.Борщ со свежей капустой со сметаной	150
9,32	7,07	9,64	139	2.Котлета мясная	50
2,37	6,31	24,62	164,48	Рис отварной	100
0,33	0,01	21,03	85,60	3. Компот из кураги.	150
2.37	0.3	14.49	71	3. Хлеб пшеничный	40
				Полдник:	
				1.Булочка «Махровая»	50
0,04	0,01	6,99	28	2. Чай.	150
				Ужин:	
4,6	4,16	15,07	116,16	1.Лапша молочная со сливочным маслом	130
0,04	0,01	6,99	28	2. Чай с сахаром	150/7
2.37	0.3	14.49	71	3. Хлеб пшеничный	20
29,36	35,34	169,94	1115,24		309/490/ 200/307

Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им. П.С. Гапоненко

Г.Черепаново

Коваленко Т.Е.



МЕНЮ

на «12» августа 2026 г.

Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, калл	Приём пищи ,наименование блюда	Масса порции,г
белки	жиры	углеводы			
				Завтрак :	
3,79	5,48	23,97	160	1.Каша геркулесовая со сливочным маслом молочная	150
2.45	7.55	14.26	136	2.Бутерброд с повидлом	30/10
0,06	0,02	9,99	40	2. Чай с сахаром	180/10
				Обед:	
1,73	4,90	12,20	100	1.Борщ со свежей капустой и сметаной	180
11.92	8.80	11.64	173	2.Котлета мясная	70
3,21	8,52	33,25	222,52	Рис отварной	130
17,6	49,9	70,24	801	Томатный соус	15
0,4	0,01	25,24	102,7	3. Компот из кураги.	180
0,4	0,01	25,24	102,7	4.Хлеб пшеничный	60
				Полдник:	
				1.Булочка «Махровая»	50
0,06	0,02	9,99	40	2. Чай.	180
				Ужин:	
6,11	5,54	20,04	154,46	1.Лапша молочная со сливочным маслом	150
0,06	0,02	9,99	40	2. Чай с сахаром	180/10
3.3	0.5	24.15	118	3.Хлеб пшеничный	30
57,55	92,83	316,98	2390,68		380/635//2 30/370

1. Булочка «Махровая»

Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Черепаново

Коваленко Т.Е.



МЕНЮ

на «12» августа 2026 г.

Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, калл	Приём пищи ,наименование блюда	Масса порции
белки	жиры	углеводы			
				Завтрак :	
3,79	5,48	23,97	160	1.Каша геркулесовая со сливочным маслом молочная	150
3,26	4,03	29,14	166	2.Бутерброд с о сливочным маслом	30
0,07	0,01	0,3	0,38	2. Чай	180
				Обед:	
1,73	4,90	12,20	100	1.Борщ со свежей капустой и сметаной	180
11.92	8.80	11.64	173	2.Котлета мясная	70
3,21	8,52	33,25	222,52	Рис отварной	130
17,6	49,9	70,24	801	Томатный соус	15
0,4	0,01	25,24	102,7	3. Компот из кураги.	180
3,3	0,5	24,15	70,8	4.Хлеб ржано- пшеничный	60
				Полдник:	
3,26	4,03	29,14	166	1.Бутерброд со сливочным маслом	30/5
0,07	0,01	0,3	0,38	2. Чай.	180
				Ужин:	
6,11	5,54	20,04	154,46	1.Лапша молочная со сливочным маслом	150
0,07	0,01	0,3	0,38	2. Чай	180
3.3	0.5	24.15	35,4	3.Хлеб ржано-пшеничный	30
57,55	92,83	316,98	2390,68		360/635//2 15/360