

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»

МЕНЮ 7

На «21» июля 2026 года

№ п/п	Наименование приема пищи	ЯСЛИ	Пищевые вещества					Витамин
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	Ккал	С	
	ЗАВТРАК	ВЫХОД						
1	Каша ячневая молочная с маслом	150/3	7,16	6,63	15,15	149		
2	Кофейный напиток с молоком	165/7	1,16	1,28	11,4	62		
3	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99		
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок	125	0,9	0,8	22	91		
	ОБЕД							
1	Салат из свежей капусты	30	0,42	1,5	2,7	26,1		
2	Суп картоф. с горохом с курицей и гренками	150/10/10	2,87	3,2	15,49	102		
3	Биточки рубленые из говядины паровые	50	6,14	7,86	8,57	130		
4	Пюре картофельное	110	3,13	3,76	13,03	131,15		
5	Напиток из апельсинов	150	0,22	0,08	12,5	51,6		
6	Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66		
	ПОЛДНИК							
1	Печенье	10	0,8	2,6	13,4	78		
2	Молоко кипяченое	100	2,3	2,5	3,6	46		
3	Пудинг из творога с рисом с повидлом	110/10	7,2	8,32	22,64	194		
4	Чай с сахаром и лимоном	150/4/4	0,09	0,01	8,5	34,5		
5	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,8	47		

Заведующий МАДОУ "Детский сад №379":

Э.Ф.Галлямина

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»

МЕНЮ 7

На «21» июля 2026 года

№ п/п	Наименование приема пищи	САД	Пищевые вещества					Витамин
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	Ккал	С	
	ЗАВТРАК	ВЫХОД						
1	Каша ячневая молочная с маслом	200/3	9,5	8,8	20,1	198		
2	Кофейный напиток с молоком	180	1,22	1,34	11,94	65		
3	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,91	4,35	12,89	99		
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок	125	0,6	0,06	22	91		
	ОБЕД							
1	Салат из свежей капусты	50	0,7	2,5	4,5	43,5		
2	Суп картоф. с горохом с курицей и гренками	200/10/10	3,8	3,5	20,5	129		
3	Биточки рубленые из говядины паровые	70	8,6	11	12	180		
4	Пюре картофельное	130	3,7	4,44	25	155		
5	Напиток из апельсинов	180	0,27	0,1	15	62		
6	Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5		
	ПОЛДНИК							
1	Печенье	10	3,5	5,55	22,1	142		
2	Молоко кипяченое	110	2,5	2,75	4	51		
3	Пудинг из творога с рисом с повидлом	130/20	9	10,4	28,3	242		
4	Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0,12	0,01	10,2	41,4		
5	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47		

Заведующий МАДОУ "Детский сад №379":

Э.Ф.Галлямина