

Утверждаю
Заведующий МБДОУ Аршановский
детский сад «Торгах»

/Боргоякова Ю.В./

МЕНЮ

на 26.01

2026 года

Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
Неделя _1_ День _1_							
завтрак	Каша манная	200	5.9	5.1	25.1	158.9	№52
	Коф.напиток со сгущ.молоком	180	2.65	1.79	18.83	102	№415
	Бутерброд с повидлом	55	2.49	3.93	27.56	155	№2
Итого		435	11.04	10.82	71.49	415	
II завтрак	Яблоко	100	0.40	0.40	9.80	44	№386
Итого		100	0.40	0.40	9.80	44	
обед	Салат из свеж. капусты	60	0.64	3.47	4.43	50.49	№24
	Суп картофельный с крупой	200	1.74	2.27	11.43	73.2	№86
	Котлета мясная	80	8.00	11.00	0.06	123.0	№293
	Макароны отварные	150	5.34	6.96	31.45	188	№87
	Напиток из шиповника	180	0.61	0.25	18.67	79	№417
	Хлеб ржаной	40	1.88	0.28	19.92	85.60	№101
Итого		700	18.21	24.23	85.96	599.29	
Полдник	Булочка домашняя	50	2.2	4.61	26.9	190.8	№330
	Чай с сахаром	200	0.14		13.87	53.06	№72
Итого		250	2.36	4.61	40.77	243.86	
Итого за день:		1485	32.01	40.06	208.02	1302.15	

Третье блюдо витаминизируется ежедневно

Кладовщик

Котожекова Н.Д.