

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»
Э.Ф. Галлямина



МЕНЮ 1
На «10» марта 2026 года

№ п/п	Наименование приема пищи	САД 10,5 час	Пищевая ценность					Витамин
			белки	жиры	углеводы	Ккал	С	
ЗАВТРАК								
		выход						
1	Каша манная молочная с маслом	200/3	10	10	24,5	228		
2	Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87,3		
3	Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3	4	6	12,83	122		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	12	53,2		
ОБЕД								
1	Салат пестрый	50	0,75	0,9	8,5	45,1		
2	Суп крестьянский с кур. со сметаной	200/15/5	3,5	9,6	18	169		
3	Ежики мясные паровые	70	7,2	9,3	6	136,5		
4	Пюре картофельное	130	3,7	4,44	25	155		
5	Комлот из свеж яблок	180	0,1	0,1	11,8	49		
6	Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5		
ПОЛДНИК								
1	Печенье	10	3,86	3,38	34	182		
2	Молоко кипяченое	110	2,5	2,75	4	51		
3	Суфле из творога с молоком сгущенным	150/20	9	12,5	24	245		
4	Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0,12	0,01	10,2	41		
5	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47		

Заведующий МАДОУ "Детский сад №379":

Э.Ф. Галлямина

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»
Э.Ф. Галлямина



МЕНЮ 10
На «10» марта 2026 года

№ п/п	Наименование приема пищи	ЯСЛИ 10,5 час	Пищевая ценность					Энерг. цен.	Витамин
			белки	жиры	углеводы	Ккал	С		
ЗАВТРАК									
		выход							
1	Каша манная молочная с маслом	150/3	7,5	7,5	18,4	171,1			
2	Какао с молоком	160	2,15	2,29	12,09	65,16			
3	Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,5	5,95	12,9	119,6			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
1	Фрукты свежие	85	0,34	0,34	10,2	45			
ОБЕД									
1	Салат пестрый	30	0,45	0,54	5,1	27			
2	Суп крестьянской с кур. со сметаной	150/10/5	3	5,8	14,7	121			
3	Ежики мясные паровые	50	5,14	6,04	4,28	97,5			
4	Пюре картофельное	110	3,13	3,76	13,03	100,1			
5	Комлот из свеж яблок	150	0,22	0,08	12,5	51,6			
6	Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66			
ПОЛДНИК									
1	Печенье	10	3,2	3,38	26	151			
2	Молоко кипяченое	100	3	2,5	4,2	55,6			
3	Суфле из творога с молоком сгущенным	100/10	5,82	8,1	15,53	158			
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