УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»

Э.Ф.Галлямшина

«13» марта 2026 года

МЕНЮ 6

На «16» марта 2026 года

№ п/п	Наименование приема пищи	САД 10.5 час.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин
	ЗАВТРАК	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал	
1	Каша геркулесовая молочная с маслом	200/3	6,7	7,5	22	182	
2	Чай с молоком, сахаром	180/5	2,6	2,3	14,3	89	
3	Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3	4	6	12,83	122	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1	Фрукты свежие	85	0,34	0,34	10,5	47	
	ОБЕД						
1	Икра кабачковая	50	0,95	3,02	7,9	63	
2	Рассольник ленинградский с кур. со смет	200/15/5	3,56	4,5	23,6	149	
3	Биточки куриные "Солнышко"	70	8	10,5	6,2	152	
4	Макароны отварные	130	4,8	3,6	29,4	169	
5	Кисель	180			10	40	
6	Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
	ПОЛДНИК						
1	Булочка сдобная	50	3,8	4,8	22,3	148	
2	Ряженка	110	3,19	2,75	4,62	59	
3	Гречка с фаршем и овощами	130	7,3	10	33,2	252	
4	Напиток из урюка	180	0,6	0,1	15	63	
5	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»: _____Э.Ф.Галлямшина

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»

Э.Ф.Галлямшина

«13» марта 2026 года

МЕНЮ 6

На «16» марта 2026 года

№ п/п	Наименование приема пищи	ЯСЛИ 10.5 час.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин
	ЗАВТРАК	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал	С
1	Каша геркулесовая молочная с маслом	150/3	4,8	5	14	120	
2	Чай с молоком, сахаром	160/4	2,3	2	11,9	74,8	
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	10,5	46	
	ОБЕД						
1	Морковь отварная	30	0,24	0,03	0,6	3,6	
2	Рассольник ленинградский с купцс со смет	150/10/5	2,67	3,38	17,7	112	
3	Биточки куриные "Солнышко"	50	6,4	8,5	5,2	123	
4	Макароны отварные	110	4,1	3	25	143,4	
5	Кисель	150			8,34	33,34	
6	Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66	
	ПОЛДНИК						
1	Булочка сдобная	40	3,04	3,84	17,84	118,4	
2	Ряженка	100	3	2,5	4,2	55,6	
3	Гречка с фаршем и овощами	110	6	7,5	28	203	
4	Напиток из урюка	150	0,5	0,03	12,5	52,1	
5	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,8	47	

Заведующий МАДОУ "Детский сад №379": _____Э.Ф.Галлямшина