

Э.Ф. Галлямина  
18 марта 2026 года

МЕНЮ 9

На «19» марта 2026 года



№ п/п	Наименование приема пищи	САД	Пищевые вещества					Витамин
		10.5 час.	белки	жиры	углеводы	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>		ВЫХОД						
1	Каша полбяная молочная с маслом	200/3	8,2	7,9	19,2	180		
2	Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87		
3	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,91	4,35	12,89	99		
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>								
1	Сок	125	0,6	0,06	21	91		
<b>ОБЕД</b>								
1	Соленый огурец	50	0,4	0,05	0,85	5,5		
2	Суп с греч крупой и картофелем с кур	200/6	3,5	7,8	19,7	163		
3	Ежики рыбные с рисом в томатном соусе	70	8,75	8,2	27	217		
4	Пюре картофельное	130	5,5	5	23	129		
5	Кисель	180	0,18	0,1	25,8	89		
6	Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5		
<b>ПОЛДНИК</b>								
1	Крекер	10	1,5	4	27,1	150		
2	Кефир	110	3,68	2,75	5,07	68		
3	Суфле из творога со сгущ. молоком	150/20	9	12,5	24	245		
4	Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20		
5	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47		

Заведующий МАДОУ "Детский сад №379"

Э.Ф. Галлямина

Э.Ф. Галлямина  
18 марта 2026 года

МЕНЮ 8

На «19» марта 2026 года



№ п/п	Наименование приема пищи	ЯС III	Пищевые вещества					Витамин
		10.5 час.	белки	жиры	углеводы	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>		ВЫХОД						
1	Каша полбяная молочная с маслом	150/3	6,18	5,95	14,47	136		
2	Какао с молоком	160	2	2,2	11,3	73,3		
3	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99		
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>								
1	Сок	125	0,6	0	10	42		
<b>ОБЕД</b>								
1	Соленый огурец	30	0,24	0,03	0,51	3,3		
2	Суп с греч крупой и картофелем с кур	150/10	2,9	6,4	10,27	110,3		
3	Ежики рыбные с рисом в томатном соусе	50	6,3	5,9	22	166		
4	Пюре картофельное	110	3,13	3,76	13,03	131,15		
5	Кисель	150			8,34	33,34		
6	Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66		
<b>ПОЛДНИК</b>								
1	Крекер	10	0,1	0,9	15	69		
2	Кефир	100	3,1	2,5	4,4	54,8		
3	Суфле из творога со сгущ. молоком	100/10	5,82	8,1	15,53	158		
4	Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18		
5	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,8	47		

Заведующий МАДОУ "Детский сад №379"

Э.Ф. Галлямина