

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»  
Э.Ф.Галлямина  
«30» марта 2026 года

МЕНЮ 7  
На «31» марта 2026 года



№ п/п	Наименование приема пищи	ЯСЛИ	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	Витамин С
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	Ккал		
<b>ЗАВТРАК</b>		ВЫХОД						
1	Каша ячневая молочная с маслом	150/3	4,8	5	14	120		
2	Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55		
3	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99		
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>								
1	Фрукты свежие	85	0,34	0,34	10,5	46		
<b>ОБЕД</b>								
1	Свекла отварная	30	0,36	1,5	2,52	25		
2	Суп картофель-горохом с курицей и гречками	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	Компот из свеж. яблок	150	0,1	0,1	10,2	42,1		
6	Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66		
<b>ПОЛДНИК</b>								
1	Печенье	10	1,5	3,38	18	108		
2	Молоко кипяченое	100	2,3	2,5	3,6	46		
3	Пудинг из творога с рисом с повидлом	110/10	7,2	8,3	22,6	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»  
Э.Ф.Галлямина  
«30» марта 2026 года

МЕНЮ 7  
На «31» марта 2026 года



№ п/п	Наименование приема пищи	САД	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	Витамин С
		10,5 час	белки	жиры	углеводы	Ккал		
<b>ЗАВТРАК</b>		ВЫХОД						
1	Каша ячневая молочная с молоком	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		
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>								
1	Фрукты свежие	85	0,34	0,34	10,5	47		
<b>ОБЕД</b>								
1	Свекла отварная	50	0,6	2,5	4,2	42		
2	Суп картофель-горохом с курицей и гречками	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	Компот из свеж. яблок	180	0,1	0,1	11,8	49		
6	Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5		
<b>ПОЛДНИК</b>								
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