

Утверждаю  
И.о. заведующий МБДОУ №  
«Д/с «Шатлык» с. Миннибаево»  
Сафина Л.И.

МЕНЮ  
04.05.2026г.

Завтрак:

| Наименование блюд                               | Масса Порции |       | Пищевые вещества |      |      |      |        |       | Энергетическая ценность |        | Витамин |      |
|---|--------------|-------|------------------|------|------|------|--------|-------|-------------------------|--------|---------|------|
|   | ясли         | сад   | белки            |      | жиры |      | Угл-ды |       | Ккал                    |        | С       |      |
|   |              |       | Я                | С    | Я    | С    | Я      | С     | ясли                    | сад    | ясли    | сад  |
| <i>Каша ячневая молочная с маслом сливочным</i> | 140/3        | 180/3 | 4,70             | 6,04 | 4,80 | 5,54 | 23,25  | 30,04 | 171,47                  | 214,80 |         |      |
| <i>Кофейный напиток с молоком</i>               | 180/6        | 180/6 | 2,85             | 2,85 | 2,41 | 2,41 | 10,35  | 5,99  | 74,58                   | 74,58  | 1,17    | 1,17 |
| <i>Бутерброд с маслом сливочным</i>             | 25/5         | 30/5  | 1,92             | 2,29 | 4,36 | 4,50 | 12,92  | 15,49 | 98,50                   | 111,68 |         |      |

2-ой Завтрак:

|            |     |     |      |      |      |      |       |       |       |       |      |      |
|------------|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| <i>Сок</i> | 200 | 200 | 1,00 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | 20,20 | 20,20 | 84,80 | 84,80 | 4,00 | 4,00 |
|------------|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|

Обед:

|   |       |       |      |       |      |       |       |       |        |        |      |      |
|---|-------|-------|------|-------|------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Салат из свеклы с яблоками</i>   | 40    | 60    | 0,44 | 0,65  | 3,1  | 3,1   | 2,07  | 3,86  | 30,68  | 46,02  |      |      |
| <i>Щи со свежей капустой, с картофелем на бульоне из индейки, со сметаной</i> | 150/5 | 180/7 | 1,11 | 1,36  | 3,70 | 4,59  | 3,94  | 4,77  | 57,00  | 70,02  | 9,59 | 8,00 |
| <i>Индейка тушеная с овощами по-татарски</i>                                  | 30/30 | 40/30 | 4,06 | 10,76 | 4,76 | 10,11 | 19,42 | 19,42 | 136,73 | 150,93 | 0,00 | 5,03 |
| <i>Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным</i>                        | 110/2 | 130/3 | 4,06 | 4,81  | 4,76 | 6,09  | 19,42 | 22,96 | 136,73 | 165,79 | 0,00 | 0,00 |
| <i>Компот из урюка</i>  | 150   | 180   | 0,35 | 0,40  | 0,02 | 0,02  | 13,83 | 16,60 | 56,83  | 68,20  | 0,00 | 2,44 |
| <i>Хлеб пшеничный</i>   | 20    | 35    | 1,52 | 2,66  | 0,16 | 0,28  | 9,84  | 17,22 | 47,00  | 82,25  | 0,00 | 0,00 |
| <i>Хлеб ржаной</i>  | 35    | 45    | 2,31 | 2,97  | 0,42 | 0,54  | 13,85 | 17,84 | 69,23  | 89,19  |      |      |

Полдник:

|   |     |     |      |      |      |      |      |      |       |       |      |      |
|---|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|
| <i>Кисломолочный напиток (напиток ацидофильный)</i> | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,54 |
|---|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|

Ужин:

|  |        |        |       |       |       |       |       |       |        |        |      |      |
|--|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Запеканка творожная с молоком сгущённым</i> | 110/20 | 130/20 | 20,73 | 24,20 | 16,98 | 20,06 | 29,49 | 32,78 | 353,40 | 408,20 | 0,49 | 0,54 |
| <i>Чай с сахаром</i>                           | 150/5  | 180/6  | 0,053 | 0,06  | 0,015 | 0,02  | 5,02  | 6,02  | 20,08  | 24,10  | 0,02 | 0,03 |

