



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Детский сад №133»  
/Сафина Э.Г.



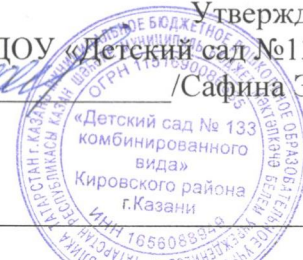
**Меню 3 день**  
17.06.2026

<b>Завтрак</b>					
	Выход на 1 порц.сад 10.5ч.				
	Порц.	Ккал	Б	Ж	У
1.Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/3	196,5	7,0	8,5	23,0
2.Чай с молоком, сахаром	180/5	89,0	2,6	2,3	14,3
3.Бутерброд с маслом сливочным	25/5	99,0	1,91	4,35	12,89
<b>2-ой завтрак</b>					
1. Сок (фруктовый)	125	67,0	1,63	0,10	15,0
<b>Обед</b>					
1. Огурцы свежие	50	6,0	0,35	0,05	0,95
2.Суп с рисовой крупой, картоф., с мяс.фрик.	200/15	134,0	6,2	10,8	3,0
3.Котлеты рубленые из птицы	70	170,0	10,10	6,80	17,0
4.Макаронь отварные	130	169,0	4,80	3,60	29,4
5.Компот из сухофруктов	180	89	0,18	0,1	25,9
6.Хлеб сельский	37,5	82,5	1,8	0,4	18
<b>Полдник</b>					
1.Ряженка	110	59,0	3,19	2,75	4,62
2.Плюшка новомосковская	50	171,4	3,30	4,20	30,10
3. Яйцо варёное	48	63,0	5,1	4,6	0,3
4. Картофель тушеный	130	162	3,25	5,3	25,3
5.Напиток шиповника	180/5	31,0	0,6	0,3	6,5
6. Хлеб пшеничный 1С	20	47,0	1,52	0,16	9,84

Медсестра \_\_\_\_\_ Гимранова Д.В.



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Детский сад №133»  
/Сафина Э.Г.



**Меню 4 день**  
18.06.2026

<b>Завтрак</b>					
	Выход на 1 порц.сад 10.5ч.				
	Порц.	Ккал	Б	Ж	У
1.Каша рисовая молочная с маслом	200/3	202,1	8,0	6,9	27,0
2.Кофейный напиток с молоком	180	65	1,22	1,34	11,94
3.Бутерброд с сыром, маслом	25/7/3	122	4,0	6,0	12,83
<b>2-ой завтрак</b>					
1. Фрукты свежие	100	53,2	0,4	0,4	12,0
<b>Обед</b>					
1.Помидоры свежие	50	12,0	0,55	0,1	1,9
2.Свекольник с курицей и сметаной	200/10/6	193,0	4,86	8,41	24,39
3.Жаркое по-домашнему из отварной говядины	160	278,0	10,9	11,1	33,58
4.Кисель	180	40			10,0
5.Хлеб сельский	37,5	82,5	1,8	0,4	18
<b>Полдник</b>					
	Порц.	Ккал	Б	Ж	У
1.Молоко кипяченое	110	51,0	2,5	2,75	4,0
2.Кондитерские изделия (вафли)	21	206	3,2	5,50	36,0
3.Запеканка из творога с крошкой	130	234,2	9,50	9,80	27,0
4.Чай с сахаром	180/5	20,0	0,06	0,02	4,99
5.Хлеб пшеничный 1с	20	47,0	1,52	0,16	9,84

Медсестра \_\_\_\_\_ Гимранова Д.В.