

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»



МЕНЮ 5
На «02» июля 2026 года

№ п/п	Наименование приема пищи	ЯСЛИ		Пищевые вещества			Энерг. ценность	Витамин
		10,5 час.	Выход	белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК								
1	Каша полбяная молочная с маслом	150/3	6,03	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		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Фрукты свежие	85	0,34	0,34	10,2	45		
ОБЕД								
1	Салат из свежей капусты	30	0,42	1,5	2,7	26,1		
2	Щи со свеж капустой, картофель и мяс фрик	150/10/5	3,45	3,15	16,5	108		
3	Плов из курицы	130	10	11,5	32	272		
4	Компот из свеж яблок	150	0,1	0,1	10,2	42,1		
5	Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66		
ПОЛДНИК								
1	Крекер	10	3,8	3	22	130		
2	Кефир	100	2,3	2,5	3,6	46		
3	Рагу с курицей	20/100	4,97	7,86	19,9	147		
4	Чай с сахаром и лимоном	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.Галлямшина

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»



МЕНЮ 5
На «03» июля 2026 года

№ п/п	Наименование приема пищи	САД		Пищевые вещества			Энерг. ценность	Витамин
		10,5 час.	Выход	белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК								
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		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Сок	125	0,9	0,08	22	91		
ОБЕД								
1	Салат из свежей капусты	50	0,7	2,5	4,5	43,5		
2	Щи со свеж капустой, картофелем, мяс фрик	200/15/5	4,6	4,2	22	144		
3	Плов из курицы	160	12	14	38,9	330		
4	Компот из свеж яблок	180	0,1	0,1	11,8	49		
5	Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5		
ПОЛДНИК								
1	Крекер	10	5,8	4	32	187		
2	Кефир	110	3,68	2,75	5,07	68		
3	Рагу с курицей	25/120	6	9,5	16,9	177		
4	Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0,12	0,01	10,2	41		
5	Хлеб пшеничный	20	1,57	0,16	9,84	47		

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