

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»

Э.Ф.Галлямшина

17 июня 2026 года

МЕНЮ 4

На «18» июня 2026 года



| № п/п | Наименование приема пищи | ЯСЛИ 10,5 час. | Пищевые вещества | | | | Витамин С |
|-----------------------|--|-------------------|------------------|------|----------|--------|-----------|
| | | | белки | жиры | углеводы | Ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| | | выход | | | | | |
| 1 | Каша рисовая молочная с маслом | 150/3 | 6 | 4,95 | 19,5 | 146 | |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | 165/7 | 1 | 1,2 | 10 | 55 | |
| 3 | Бутерброд с маслом | 25/5/3 | 3,5 | 5,95 | 12,9 | 119,6 | |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 1 | Фрукты свежие | 85 | 0,34 | 0,34 | 10,2 | 45 | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 1 | Свежие помидоры | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7,2 | |
| 2 | Свекольник с кур и сметаной | 150/10/5 | 3,71 | 6,42 | 18,63 | 147,43 | |
| 3 | Жаркое по домашнему из отварной говядины | 130 | 8,86 | 9,02 | 27,28 | 226 | |
| 4 | Кисель | 150 | | | 8,34 | 33,34 | |
| 5 | Хлеб сельский | 30 | 1,5 | 0,3 | 14,3 | 66 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| 1 | Вафли | 21 | 1 | 2 | 20 | 95 | |
| 2 | Молоко кипяченое | 100 | 2,3 | 2,5 | 3,6 | 46 | |
| 3 | Запеканка из творога с крошкой | 100 | 7,3 | 7,54 | 20,77 | 180 | |
| 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.Галлямшина

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»

Э.Ф.Галлямшина

17 июня 2026 года

МЕНЮ 4

На «18» июня 2026 года



| № п/п | Наименование приема пищи | САД | | Пищевые вещества | | | | Витамин С |
|-----------------------|--|-----------|----------|------------------|------|----------|-------|-----------|
| | | 10,5 час. | выход | белки | жиры | углеводы | Ккал | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | |
| 1 | Каша рисовая молочная с маслом | | 200/3 | 8 | 6,9 | 27 | 202,1 | |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | | 180 | 1,22 | 1,34 | 11,94 | 65 | |
| 3 | Бутерброд с сыром, с маслом | | 25/7/3 | 4 | 6 | 12,83 | 122 | |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | |
| 1 | Фрукты свежие | | 100 | 0,4 | 0,4 | 12 | 53,2 | |
| ОБЕД | | | | | | | | |
| 1 | Свежие помидоры | | 50 | 0,55 | 0,1 | 1,9 | 12 | |
| 2 | Свекольник с кур и сметаной | | 200/10/6 | 4,86 | 8,41 | 24,39 | 193 | |
| 3 | Жаркое по домашнему из отварной говядины | | 160 | 10,9 | 11,1 | 33,58 | 278 | |
| 4 | Кисель | | 180 | | | 10 | 40 | |
| 5 | Хлеб сельский | | 37,5 | 1,8 | 0,4 | 18 | 82,5 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | |
| 1 | Вафли | | 21 | 2,5 | 5,5 | 35 | 190 | |
| 2 | Молоко кипяченое | | 110 | 2,5 | 2,75 | 4 | 51 | |
| 3 | Запеканка из творога с крошкой | | 130 | 9,5 | 9,8 | 27 | 234,2 | |
| 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.Галлямшина