

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

МЕНЮ
10.06.2026 г

Завтрак:

| Наименование блюда | 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 геркулесовая молочная с маслом сливочным</i> | 140/3 | 180/3 | 5,79 | 7,44 | 6,28 | 8,07 | 26,29 | 33,80 | 185,66 | 238,71 | 0,67 | 0,86 |
| <i>Какао с молоком</i> | 180/6 | 180/6 | 3,67 | 3,67 | 3,19 | 3,19 | 10,87 | 10,87 | 90,78 | 90,78 | 1,43 | 1,43 |
| <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>Винегрет овощной</i> | 40 | 60 | 0,56 | 0,84 | 4,02 | 6,02 | 2,92 | 4,37 | 50,04 | 75,06 | | |
| <i>Щи со свежей капустой с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной</i> | 150/10/ 5 | 180/1 0/7 | 3,18 | 3,24 | 4,89 | 5,19 | 5,00 | 5,07 | 81,56 | 84,80 | 9,54 | 9,54 |
| <i>Тефтели мясные в томатном соусе</i> | 45/15 | 60/20 | 5,39 | 7,18 | 5,32 | 7,09 | 6,26 | 8,34 | 94,39 | 125,85 | 0,40 | 0,53 |
| <i>Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным</i> | 110/2 | 130/3 | 6,45 | 7,62 | 3,13 | 4,16 | 29,16 | 34,47 | 170,14 | 205,27 | | |
| <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 | 30 | 1,52 | 2,28 | 0,16 | 0,24 | 9,84 | 14,77 | 47,00 | 70,57 | | |
| <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 (ряженка)</i> | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,54 |
| <i>Сушки</i> | 20 | 20 | 2,14 | 2,14 | 0,24 | 0,24 | 14,24 | 14,24 | 67,80 | 68,80 | 0,00 | 0,00 |

Ужин:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Пудинг творожный с повидлом</i> | 110/20 | 130/20 | 16,73 | 16,72 | 11,84 | 15,51 | 39,76 | 39,76 | 330,50 | 360,20 | 0,21 | 0,34 |
| <i>Чай с сахаром</i> | 150/5 | 180/6 | 0,05 | 0,06 | 0,02 | 0,02 | 5,02 | 6,02 | 20,08 | 24,10 | 0,02 | 0,03 |