

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ детский сад №134

Н.А.Николаева

МЕНЮ НА 18.02.2026г. (ЯСЛИ/1-3 года)

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша ячневая	150	1,5	3,0	20,3	115,5
	Какао с молоком	150	3,2	2,8	12,9	88,3
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	Итого:	345	7,4	9,8	53,24	332,8
Обед	Салат из свеклы	30	0,33	1,6	3,4	29,01
	Щи с курицей	150	2,0	3,6	10,3	72,9
	Суфле из печени	60	7,5	2,3	2,4	60
	Макароны отварные	110	5,5	3,9	23,9	155,2
			0,3	0,0	20,8	85,8
	Компот из сухофруктов	150				
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0
	Итого:	530	17,82	11,73	73,4	467,51
Полдник	Йогурт	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Печенье	30	2,82	1,8	20,1	107,7
	Итого:	180	7,02	6,6	26,1	191,9
Ужин	Салат из моркови	70	1,9	7,8	11,8	132,7
	Омлет натуральный	60	5,6	7,5	0,7	95,3
	Чай с сахаром	150	0	0	10	40
	Итого:	310	9,48	15,66	32,7	319,2
Итого за VIII день:		1465	42,22	43,79	195,54	1353,81