

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ детский сад №134

Н.А.Николаева

МЕНЮ НА 16.02.2026г. (ЯСЛИ/1-3 года)

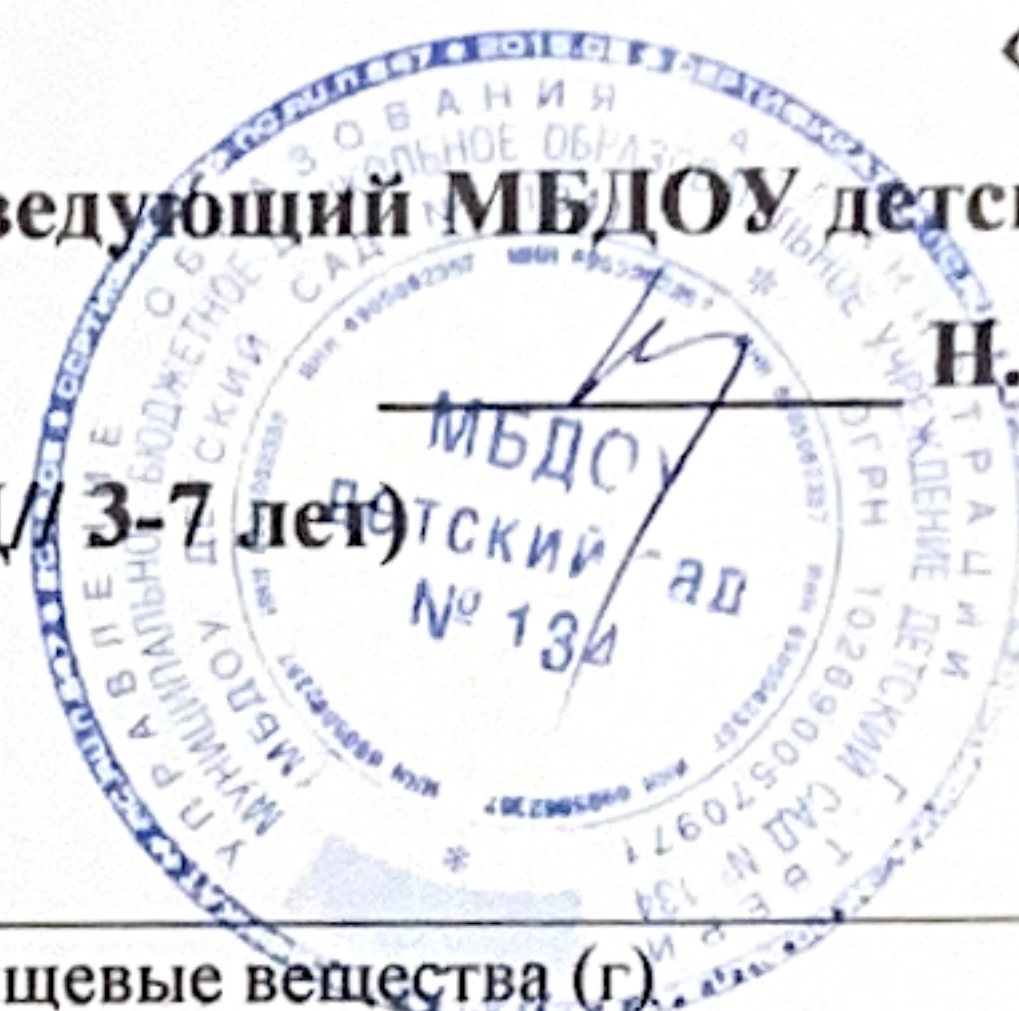
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшенная с маслом сливочным	150	3,4	3,8	23,3	140,3
	Коф.напиток с молоком	150	3,2	2,8	12,9	88,3
	Хлеб пшеничный с маслом	40/5	2,68	0,4	20,0	96
	Итого:	345	9,28	7,0	56,2	380,8
Обед	Салат из свеклы с луком (чесноком)	30	0,4	1,8	2,5	28,2
95	Суп с рыбными консервами	150	5,2	5,0	8,6	100,3
	Плов с курицей	130	2,64	3,2	27,5	149,3
	Компот из сухофруктов без сахара	150	0,3	0,01	20,8	80,8
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	Итого:	530	21,32	11,27	74,8	481,1
Полдник	Кефир	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Гренка из хлеба пшеничного	20	2,5	0,32	15,2	73,64
	Итого:	170	6,7	5,12	21,2	157,84
Ужин	Крупеник с творогом	120	14,48	10,48	26,8	259,2
	Чай с сахаром	150	0	0	10	40
	Итого:	330	15,48	13,68	42,67	355,55
Итого за VI день:		1470	53,28	37,07	204,97	1417,69

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ детский сад №134

Н.А.Николаева

МЕНЮ НА 16.02.2026г. (САД/ 3-7 лет)



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшенная с маслом сливочным	200	4,5	5	31,0	187
	Коф.напиток с молоком	180	3,8	3,3	15,5	106,0
	Хлеб пшеничный с маслом	40/5	2,68	0,4	20,0	96
	Итого:	425	10,98	8,7	66,5	389,0
Обед	Салат из свеклы с луком (чесноком)	50	0,7	3,04	4,18	46,95
95	Суп с рыбными консервами	200	6,9	6,7	11,5	133,8
	Плов с курицей	150	3,6	4,3	37,5	203,55
	Компот из сухофруктов без сахара	180	0,4	0,02	24,99	101,7
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	Итого:	690	27,93	15,59	95,25	632,2
Полдник	Кефир	180	5,0	5,7	7,2	101,0
	Гренка из хлеба пшеничного	40	4,9	0,63	30,4	147,28
	Итого:	220	9,9	6,33	37,6	248,28
Ужин	Крупеник с творогом	150	18,1	13,1	33,56	324
	Чай с сахаром	180	0	0	12	48
	Итого:	410	19,3	17,55	52,83	445,65
Итого за VI день:		1840	68,61	48,17	262,3	1757,53