

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ детский сад №134

Н.А.Николаева

МЕНЮ НА 27.01.2026г. (ЯСЛИ//1-3 года)

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша геркулесовая	150	4,3	3,9	14,1	108,9
	Кофейный напиток с молоком	150	2,9	2,4	14,4	91
	Бутерброд со слив.маслом и сыром	40/5/10	5,06	7,27	14,62	162,25
	<i>Итого:</i>	355	12,26	13,57	43,12	362,15
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого:</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Суп овощной на курином бульоне	150	1,6	2,9	10,1	63,2
	Суфле из печени	60	7,7	4,5	5,4	91,6
	Макароны отварные	120	4,6	3,4	21,3	132,4
	Кисель	150	0,16	0,01	26,4	106,6
	Хлеб ржаной	30	0,99	0,18	5,1	25,6
	<i>Итого:</i>	510	16,65	13,04	78,3	486,6
Полдник	Ряженка	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Вафли	40	1,3	11,7	25,1	205,6
	<i>Итого:</i>	190	5,5	16,5	31,1	289,8
Ужин:	Вермишель молочная	150	4,3	3,9	14,1	108,9
	Чай с сахаром	180	0	0	10	40
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	410	6,28	4,26	41,0	210,1
<i>Итого за VII день:</i>		1605	49,49	52,07	203,62	1484,9

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ детский сад №134

Н.А.Николаева

МЕНЮ НА 27.01.2026г. (САД// 3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша геркулесовая	200	5,75	5,2	18,8	145,2
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	14,4	91
	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/5/10	5,06	7,27	14,62	162,25
	<i>Итого:</i>	435	13,71	14,87	47,82	398,45
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого:</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Суп овощной на курином бульоне	200	2,1	3,8	13,5	84,2
	Суфле из печени	80	10,3	5,95	7,2	122,1
	Макароны отварные	130	4,99	3,7	22,9	143,4
	Кисель	180	0,2	0,01	31,7	127,9
	Хлеб ржаной	30	0,99	0,18	5,1	25,6
	<i>Итого:</i>	520	20,48	16,89	92,1	589,15
Полдник	Ряженка	180	5,0	5,7	7,2	101,0
	Вафли	40	1,3	11,7	25,1	205,6
	<i>Итого:</i>	220	6,3	17,4	32,3	306,6
Ужин:	Вермишель молочная	180	11,4	3,82	2,24	89,25
	Чай с сахаром	180	0	0	12	48
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	390	17,14	11,48	49,17	369,4
	<i>Итого за VII день:</i>	1905	58,13	60,64	231,49	1706,0