

МЕНЮ
6 Апреля 2026 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным 72,5%	180/4	1,64	3,82	16,90	109,00
		150/3,5	1,42	3,31	14,65	97,47
	Булочка витаминно-йодированная	24,62	2,75	0,55	26,80	139,00
		25	2,75	0,55	26,80	139,00
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,10	44,40
		180	0,06	0,02	9,99	40,00
			0,45	2,35	2,97	34,80
			0,70	1,38	3,70	39,60
II ЗАВТРАК			0,40	0,00	19,00	78,00
			0,40	0,00	19,00	78,00
ОБЕД	Рассольник Ленинградский	200	1,68	4,09	13,27	96,60
		150	1,26	3,07	9,95	72,45
	Бигос (мясо отварной говядины, тушенное с капустой)	145	14,44	27,03	8,93	336,71
		150	14,44	27,03	8,93	336,71
	Компот из свежих плодов(Яблоко)	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		150	0,42	0,00	20,50	83,88
	Хлеб пшеничный	32,424	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	30,454	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным 72,5%	180/4	1,64	3,82	16,90	109,00
		150/3,5	1,42	3,31	14,65	97,47
	Какао с молоком (1 вариант)	180	2,81	2,39	12,75	83,90
		150	2,34	2,00	10,63	70,00
	Итого за день	1339,258	33,63	47,14	183,1	1293,64
		1133,25	30,55	44,12	153,79	1139,54



Утверждаю
И.о Заведующего МБДОУ

«Детский сад № 34 «ПЛАНЕТА ДЕТСТВА»

г.Георгиевск»

Литвиненко Н.Г

МЕНЮ

На 7 Апреля 2026 год



Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшеничная	150/3,75	5,57	5,45	27,3	134,00
		130/3,25	4,82	4,72	23,6	116,13
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Сыр порциями	14,68	3,55	3,03	11,33	55
		10,5	2,40	3,03	8,09	36,6
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	200	3,12	2,66	14,17	93,30
		150	2,81	2,39	12,75	83,90
II ЗАВТРАК Обед						
	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	1,68	4,09	13,27	96,60
		150	1,26	3,07	9,95	72,45
	Тефтели 2-ой вариант	96,3	8,31	12,08	12,37	191,05
		80	5,94	8,63	8,84	136,46
	Макаронные изделия с маслом	135	17,06	10,93	31,29	292,5
		110	14,78	9,47	27,12	253,5
	Компот из сухофруктов	180	0,50	0	24,66	100,66
		150	0,42	0	20,5	83,88
	Хлеб пшеничный	37,905	3,04	0,32	19,68	94,00
		20	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	29,78	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Сырники из творога с соусом молочным	117/30	2,25	2,94	22,32	125,10
		100/30	1,12	1,47	11,16	62,50
	Кефир 2.5%	146	0,13	0,02	11,30	70,89
		150	0,07	0,01	7,10	70,89
	Итого за день	1422	63,15	46,74	190,39	1535,14
		1155	53,57	42,77	157,27	822,16

МЕНЮ
На 8 Апреля 2026 год



Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с овсяными хлопьями с маслом сливочным	180/2	4,33	4,57	15,14	119,16
		150/1,5	3,61	3,81	12,62	99,30
	Хлеб пшеничный	20	2,62	3,42	29,53	159,27
		15	1,96	2,56	22,14	119,45
	Масло сливочное 72,5%	7	0,056	5,07	0,13	46,2
		5	0,04	3,63	0,065	33,00
	Чай с молоком	150/50/11	1,40	1,60	17,70	91,00
		135/45/10	1,26	1,44	15,90	81,90
II ЗАВТРАК			0,40	0,00	19,00	78,00
			4,58	4,08	7,58	85,00
	Овощи отварные с маслом	50	1,63	4,20	9,09	85,27
		30	1,22	3,15	6,82	63,95
ОБЕД	Суп картофельный с крупой (гречка)	200	2,06	4,44	10,72	91,00
		150	1,55	3,33	8,04	68,25
	Птица тушенная в соусе с овощами	150	14,17	11,96	25,08	264,40
		150	14,17	11,96	25,08	264,40
	Компот из лимонов	180	0,08	0	20,03	80,46
		150	0,066	0	16,7	67,05
	Хлеб пшеничный	40,7	3,04	0,32	19,68	94,00
		30	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	31,16	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой	70	4,26	6,24	25,56	187,29
		60	4,02	5,98	22,9	161,46
	Чай с сахаром	200/11	0,20	0	16	65,00
		150/7	0,,15	0	12	48,75
	Итого за день	1474,766	42,89	36,28	175,35	1243,4 4
		1252,1	35,86	29,94	141,74	983,70