



Одобрено Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 1

(ФИО заведующего)

МЕНЮ

на 20.02.2026 г.

День 10	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энергетичес- кая ценность (ккал)	№ рецепту- ры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Суп молочный с макаронным и изделиями	180	5,2	4,6	17,7	134,6	№ 93
Бутерброд с сыром	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	№ 3
Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,2	15,2	92,1	№ 395
Итого:		12,4	13,5	47,5	368,3	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68,4	№ 338
Итого:		0,6	0,6	14,3	68,4	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Икра свекольная или морковная (морковная)	50	1,1	2,4	5,7	50,4	№ 54
Борщ с капустой и картофелем	180	1,4	3,6	8,8	74,3	№ 57
Котлета или биточки рыбные запеченные	70	9,5	4,0	6,7	103,9	№ 255
Картофельное пюре или картофель отварной	130	5,6	3,7	33,1	191,9	№ 321,318
Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	15,5	61,9	№ 376
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	ТК № 6
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТК № 7
Итого:		22,0	14,1	98,4	617,9	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Каша вязкая молочная рисовая	200	5,7	9,8	41,2	285,5	№ 174
Сыр (порциями)	10	2,2	2,9	0,0	36,3	№ 7
Чай с лимоном	180/10/5	0,2	0,0	10,0	42,7	№ 393
Хлеб пшеничный	45	3,4	0,3	22,6	107,6	ТК № 6
Итого:		11,5	18,8	73,9	472,1	-
Итого за 10 день:		46,5	47,0	234,1	1526,7	-

Шеф-повар:

V. Kopylov