


**12 мая 2026, вторник**  
**Меню 3-8 лет**

«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ Дс №1  Э.А. Садыхова



6-ой день

| №<br>реп.             | Наименование<br>блюд<br>и продукты             | Выход/<br>блюда | Б/гр/ | Ж/гр/ | У/гр/ | ККАЛ    | Витамины/<br>С |
|-----------------------|--|-----------------|-------|-------|-------|---------|----------------|
|                       | 1  | 2               | 3     | 4     | 5     | 6       | 7              |
| <b>1-ый завтрак</b>   |  |                 |       |       |       |         |                |
| 516                   | Макароны отварные<br>с маслом                  | 5/95            | 2,14  | 8,04  | 25,32 | 154,85  |                |
| 337                   | Яйцо отварное                                  | шт              | 5,03  | 3,6   | 1,9   | 63,0    |                |
|                       | Икра кабачковая                                | 20              | 2,28  | 2,44  | 1,38  | 29,4    |                |
| 684                   | Чай с сахаром                                  | 1/193/7         | 0,2   | 0     | 9,4   | 58,0    |                |
| <b>2 – ой завтрак</b> |  |                 |       |       |       |         |                |
| 707                   | Сок  | 1/100           | 0,5   | 0     | 12,36 | 38,0    |                |
| <b>ОБЕД</b>           |  |                 |       |       |       |         |                |
| 134                   | Суп с крупой(пшено)<br>на кур/бульоне          | 1/250           | 7,61  | 9,65  | 24,58 | 227,65  |                |
| 534                   | Биточки из филе<br>куриного                    | 68/100          | 10,53 | 9,12  | 35,18 | 225,34  |                |
|                       | Капуста тушеная                                |                 |       |       |       |         |                |
| 639                   | Компот из<br>сухофруктов<br>витаминизированный | 1/200           | 0,54  | 0     | 20,86 | 121,5   |                |
|                       | Хлеб белый                                     | 38              | 1,32  | 0,46  | 2,1   | 45,4    |                |
|                       | Хлеб пеклеванный                               | 50              | 3,3,2 | 0,48  | 3,68  | 72,4    |                |
| <b>Полдник</b>        |  |                 |       |       |       |         |                |
| 358                   | Палочки творожные<br>в сметанном соусе         | 30/100          | 11,5  | 17,62 | 76,63 | 350,16  |                |
| 685                   | Чай с молоком и<br>сахаром                     | 40/150/10       | 1,6   | 1,6   | 17,3  | 87,0    |                |
|                       | Батон нарезной                                 | 22              | 1,33  | 0,13  | 9,47  | 45,0    |                |
|                       | Фрукты свежие                                  | 1/100           | 0,38  | 0     | 9,34  | 45,6    |                |
| <b>Ужин</b>           |  |                 |       |       |       |         |                |
| 697                   | Молоко   | 1/200           | 5,2   | 6,4   | 9,4   | 116,0   |                |
|                       | Сухарики из<br>пшеничного хлеба                | 20              | 1,32  | 0,46  | 2,1   | 45,4    |                |
| итого                 |  |                 | 60    | 65    | 261   | 1 660,5 | 0,50           |
| норма                 |  |                 | 60    | 60    | 261   | 1 800   | 0,50           |