



Утверждаю:
Заведующий ДООУ
Медведицкий муниципальный
детский сад №1 «Радуга»
Токарева С.В.

Дошкольное образовательное учреждение Медведицкий муниципальный детский сад №1
«Радуга» Жирновского района Волгоградской области дети от 1 до 3 лет и от 3 до 7 лет

Среда **12.08** 2026г

	1 Завтрак	выход	белки	жиры	углеводы	ккал.
94	Суп молочный с пшеном	150/200	4,54/5,45	4,28/5,13	15,52/18,62	119/142
1	Батон с маслом	30/5,30/6	2,45	7,55	14,62	136
396	Кофейный напиток с молоком	150/180	2,34/2,85	2,0/2,41	10,63/14,36	70/102
	2 завтрак					
368	Фрукты порционные	50/100	0,2/0,4	0,2/0,4	4,9/9,8	22/44
	Итого завтрак	390/520	9,53/11,15	14,03/15,49	45,67/57,4	347/424
	Обед					
81	Суп фасолевый	150/200	3,41/4,09	3,56/4,28	10,76/12,91	89/107
298	Ленивые голубцы	120/150	10,61/13,32	6,81/8,58	15,04/19,11	164/207
	Свекла отварная порционная	40/50	0,57/0,86	2,44/3,65	3,34/5,02	38/56
382	Кисель	150/180	0,48/0,57	0,05/0,06	25,17/30,2	103/124
	Хлеб ржаной	40/50	2,64/3,3	0,48/0,6	13,36/16,7	69/87
	Хлеб пшеничный	30/40	2,37/3,16	0,3/0,4	14,4/19,32	71/94
	Итого обед	530/670	20,08/25,3	13,64/17,52	82,07/103,26	534/675
	Полдник					
231	Сырники из творога	100	18,69	12,67	11,4	234
351	Соус сметанный сладкий	40/60	0,78/1,21	1,81/2,82	5,3/8,28	41/63
393	Чай с сахаром	150/180	2,7/2,9	2,9/3,1	15,5/15,7	102/103
	Итого полдник	290/340	22,17/22,8	17,38/18,59	32,2/35,38	377/400
	Итого за день	1210/1530	51,78/59,25	45,05/51,6	159,94/196,04	1258/1499