

Утверждаю:
Заведующий ДОУ
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

Понедельник 05.10.2026г

	1 Завтрак	выход	белки	жиры	углеводы	ккал.
94	Суп молочный с гречневой крупой	150/200	4,98/5,97	4,57/5,48	14,24/17,08	118/142
	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					
399	Соки ягодно - фруктовые	90/100	0,5	0	10,1/12,7	43/53
	Итого завтрак	430/520	10,27/11,77	14,12/15,44	49,59/58,76	367/433
	Обед					
67	Щи из свежей капусты (лето)	150/200	1,16/1,39	3,26/3,91	5,66/6,79	57/68
73	или рассольник		1,08/1,3	3,38/4,05,	8,71/10,45	70/83
276	Жаркое по-домашнему	150/170	18,41/20,8	4,72/5,33	16,37/18,5	181/205
	Овощи по сезону порционные соленные	40/50	0,32/0,48	0,04/0,06	1,0/1,5	6/8
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	560/690	26,46/31	12,23/14,41	84,67/103,46	557/669
	Полдник					
454	Пирожки печёные	100	5,76	2,48	47,88	236
394	Чай с молоком	150/180	2,65/2,67	2,33/2,34	11,31/14,31	77/89
	Итого полдник	250/280	8,41/8,43	4,81/4,82	59,19/62,19	313/325
	Итого за день	1240/1490	45,14/51,2	31,16/34,67	193,45/224,41	1237/1427