



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 года до 3 лет и от 3 до 7 лет

Среда 14.10.2026г

	1 Завтрак	выход	белки	жиры	углеводы	ккал.
94	Суп молочный рисовый	150/200	3,65/4,82	3,84/5,08	12,75/16,83	100/132
1	Батон с маслом	30/5,30/6	2,45	7,55	14,62	136
397	Какао с молоком	150/180	3,15/3,67	2,72/3,19	12,96/15,82	89/107
	2 завтрак					
399	Фрукты порционные (яблоко)	50/100	0,2/0,4	0,2/0,4	4,9/9,8	22/44
	Итого завтрак	390/520	9,45/11,34	14,31/16,22	45,23/57,07	347/419
	Обед					
81	Суп гороховый	150/200	3,66/4,39	3,51/4,22	10,88/13,06	90/108
274	Мясо тушёное с овощами	170/220	16,2/21,71	13,28/16,55	11,03/15,02	228/296
	Свекла отварная порционная	40/50	0,67/1,01	0,07/0,11	3,18/4,78	18/26
376	Компот из с/фр	150/180	0,37/0,44	0,02/0,02	23,14/27,77	94/113
	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	580/740	25,91/34,01	17,66/21,9	75,99/96,65	570/724
	Полдник					
236	Пудинг из творога и риса	100/120	14,73/17,55	9,94/11,24	18,93/23,71	224/267
351	Сметанный соус	40/60	0,78/1,21	1,81/2,82	5,30/8,28	41/63
392	Чай с сахаром	150/180	2,7/2,9	2,9/3,1	15,5/15,7	102/103
	Итого полдник	290/360	18,21/21,66	14,65/17,16	39,73/47,09	367/433
	Итого за день	1260/1620	53,57/67,01	46,62/55,28	207,57/201,41	1284/1576