

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

Вторник 20.10.2026г

	1 Завтрак	выход	белки	жиры	углеводы	ккал.
168	Каша молочная манная	150/200	3,3/4,41	3,84/3,97	22,27/29,82	137/173
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	Соки ягодно - фруктовые	90/100	0,5	0	10,1/12,7	43/53
	Итого завтрак	430/520	9,4/11,03	14,11/14,71	49,85/72,96	405/469
	Обед					
82	Суп картофельный с вермишелью	150/200	1,79,2,15	1,89/2,27	11,43/13,71	70/84
282	Котлета мясная	60/70	8,93/11,92	6,74/8,8	8,97/11,64	132/173
	или шницель					
315	Рис отварной	120/150	3,04/4,05	4,47/5,97	30,57/40,76	175/233
20	Овощи варенные порционные	40/50	0,56/0,88	2,03/3,17	3,61/5,64	35/55
376	Компот из с/фр	150/180	0,37/0,44	0,02	23,14/27,77	94/113
	Хлеб пшеничный	30/40	2,37/3,16	0,3/0,4	14,4/19,32	71/94
	Итого обед	550/690	17,06/22,6	15,45/20,63	92,12/118,84	577/752
	Полдник					
36	Рыба по польски	150/200	5,21/6,87	5,09/6,72	8,68/11,46	101/134
	Хлеб ржаной	40/50	2,64/3,3	0,48/0,6	13,36/16,7	69/87
392	Чай с сахаром	150/180	2,7/2,9	2,9/3,1	15,5/15,7	102/103
	Итого полдник	340/430	10,5/13,07	8,47/10,42	37,54/43,86	272/324
	Итого за день	1320/1640	36,96/46,7	38,03/45,76	179,51/235,66	1254/1545