



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

Пятница 23.10.2026г

|     | 1 Завтрак                              | выход     | белки       | жиры        | углеводы      | ккал.     |
|-----|----------------------------------------|-----------|-------------|-------------|---------------|-----------|
| 180 | Каша из смеси круп                     | 150/200   | 6,45/8,5    | 7,29/10,24  | 26,66/35,17   | 198/267   |
| 6в  | «Ассорти»                              |           |             |             |               |           |
| 1   | Батон с маслом                         | 30/5,30/6 | 2,45        | 7,55        | 14,62         | 136       |
| 394 | Кофейный напиток с<br>молоком          | 150/180   | 2,65/2,67   | 2,33/2,34   | 11,31/14,31   | 77/89     |
|     | 2 завтрак                              |           |             |             |               |           |
| 399 | Соки ягодно-<br>фруктовые              | 90/100    | 0,5         | 0           | 10,1/12,7     | 43/53     |
|     | Итого завтрак                          | 430/520   | 12,05/13,62 | 17,17/20,13 | 62,69/76,8    | 454/545   |
|     | Обед                                   |           |             |             |               |           |
| 85  | Суп картофельный с<br>клёцками         | 150/200   | 1,4/1,68    | 2,24/2,69   | 8,09/9,71     | 58/70     |
| 284 | Оладьи из печени                       | 60/80     | 12,12/16,16 | 8,52/11,36  | 3,24/4,32     | 138/183   |
| 126 | Картофель отварной<br>на молоке        | 40/150    | 0,55/2,25   | 2,47/4,57   | 3,37/12,2     | 38/99     |
| 382 | Кисель                                 | 150/180   | 0,48/0,57   | 0,05/0,06   | 25,17/30,2    | 103/124   |
|     | Хлеб пшеничный                         | 30/40     | 2,37/3,16   | 0,3/0,4     | 14,4/19,32    | 71/94     |
|     | Итого обед                             | 430/550   | 16,92/22,25 | 13,58/17,6  | 54,27/67,87   | 408/518   |
|     | Полдник                                |           |             |             |               |           |
| 215 | Омлет натуральный                      | 60/80     | 5,31/7,08   | 10,22/12,69 | 1,02/1,42     | 118/148   |
| 10  | Зелёный<br>консервированный<br>горошек | 20/40     | 0,59/1,18   | 1,04/2,08   | 1,25/2,5      | 17/34     |
|     | Хлеб ржаной                            | 40/50     | 2,64/3,3    | 0,48/0,6    | 13,36/16,7    | 69/87     |
| 396 | Чай с молоком                          | 150/180   | 2,34/2,85   | 2,0/2,41    | 10,63/14,36   | 70\102    |
|     | Итого полдник                          | 270/350   | 10,88/14,41 | 13,74/17,78 | 26,26/34,98   | 274/371   |
|     | Итого за день                          | 1130/1420 | 39,85/50,28 | 44,4/55,51  | 143,22/179,65 | 1136/1434 |