

«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ д/с «Розочка»  
с. Крымская Роза Белогорского района Республики Крым  
Д. А. Петренко \_\_\_\_\_

Меню на « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2026 г.



**7-й день Вторник**

Наименование блюда	Выход, гр		Пищевые вещества			Калорийность, ккал	Витамин С	№ рецептуры
	3-7 лет	1-3 года	Белки, г	Жиры, г	Углеводы			
<b>Завтрак</b>								
Каша молочная пшеничная	150/5/5	150/5/5	3,46	4,57	24,70	154,0	0	185
Кофейный напиток с молоком	180	150	2,85/2,34	2,41/2,0	14,36/10,63	91,0/70,0	1,17/0,98	395
Бутерброд с маслом	29	24	2,03/1,47	6,26/4,53	12,11/8,77	112,7/81,6	0,00	1
<b>Итого завтрак:</b>			<b>9,32/7,27</b>	<b>13,12/11,10</b>	<b>39,92/44,10</b>	<b>315,3/305,60</b>	<b>1,85/0,98</b>	
<b>2-й завтрак</b>								
Сок фруктовый	150	130	0,75/0,65	0	15,15/13,13	64,0/55,17	3,0/2,6	399
Банан/ Яблоко	100	80	1,50/1,2	0,5/0,4	21,00/16,8	95,0/76,0	10,00/8,0	368
<b>Обед</b>								
Огурец консервированный	50	30	0,4/0,24	0,05/0,03	0,85/0,51	5,0/3,0	1,75/1,05	б/н
Суп-лапша домашняя	200	150	1,77/1,33	4,05/3,04	9,54/7,15	81,8/61,35	0,40/0,30	86
Плов из птицы	120	100	12,0/	11,08/	20,07/	228,0/	0,31/	304
Компот из свежих яблок	180	150	0,14/0,12	0,14/0,12	21,49/17,91	87,84/73,20	1,55/1,29	372
Хлеб пшеничный	20	20	1,98	0,27	11,40	59,7	0	ПР
Хлеб пшенично-ржаной	35	35	2,31	0,42	11,69	60,9	0	ПР
<b>Итого обед:</b>			<b>18,60/15,98</b>	<b>16,01/13,08</b>	<b>75,04/65,39</b>	<b>523,24/448,15</b>	<b>4,01/2,9</b>	
<b>Полдник</b>								
Чай с сахаром	180/8	150/6	0,06/0,04	0,02/0,01	9,99/7,0	40,0/28	0,03/0,02	392
Бутерброд с маслом и сыром	35	32	4,80/3,36	7,00/4,89	14,80/10,35	141,6/99,0	0,07/0,07	3
<b>Итого полдник</b>			<b>4,86/3,4</b>	<b>7,02/4,90</b>	<b>24,79/17,34</b>	<b>181,6/126,8</b>	<b>0,10/0,09</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>33,30/27,85</b>	<b>36,77/29,48</b>	<b>172,00/143,63</b>	<b>1157,5/956,59</b>	<b>15,28/11,97</b>	