МБДОУ Детский сад №320

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/ Халаева А.М. /

# МЕНЮ

## 09.11.2026 понедельник

Кухня

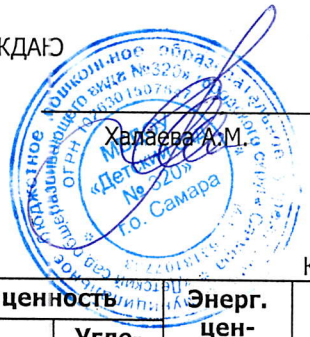
| Наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевая ценность | | | Энерг. цен-ность | № рец |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки | Жиры | Угле-воды | | |
| Дети от 1 до 3 лет | | | | | | |
| **Завтрак** | **410** | **13.16** | **18.24** | **62.09** | **465** | |
| Бутерброды с маслом | 30/10 | 2.45 | 7.55 | 14.62 | 136 | 001 |
| Чай с молоком | 180 | 2.89 | 3.05 | 12.26 | 88 | 413/1 |
| Каша вязкая манная молочная | 180/5/5 | 7.82 | 7.64 | 35.21 | 241 | 182/3 |
| **Второй завтрак** | **100** | **0.40** | | **11.30** | **47** | |
| Сок фруктовый. | 100 | 0.40 | | 11.30 | 47 | 418/4 |
| **Обед** | **640** | **23.37** | **17.46** | **87.42** | **601** | |
| Котлеты рубленые из курицы | 60 | 9.05 | 8.21 | 4.60 | 129 | 322/1 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2.00 | 0.35 | 8.42 | 45 | 002 |
| Хлеб ржаной | 25 | 3.30 | 0.60 | 17.05 | 87 | 004 |
| Компот из кураги | 180 | 0.51 | | 17.92 | 74 | 394/4 |
| Каша гречневая рассыпчатая (гарнир) | 130 | 5.95 | 4.20 | 28.29 | 175 | 330/1 |
| Суп картофельный с мучными клецками (куриный) | 180 | 1.38 | 2.02 | 8.67 | 58 | 091/1 |
| Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука. | 40 | 1.18 | 2.08 | 2.47 | 33 | 010 |
| **Полдник** | **230** | **8.48** | **10.97** | **19.50** | **210** | |
| Молоко кипяченое | 180 | 4.73 | 5.07 | 7.70 | 95 | 419/2 |
| Печенье промышленное | 50 | 3.75 | 5.90 | 11.80 | 115 | 1 |
| **Ужин** | **440** | **19.03** | **7.20** | **75.73** | **444** | |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5.27 | 3.45 | 27.46 | 162 | 219/1 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2.00 | 0.35 | 8.42 | 45 | 002 |
| Хлеб ржаной | 25 | 3.30 | 0.60 | 17.05 | 87 | 004 |
| Компот из вишни | 180 | 0.27 | 0.16 | 19.72 | 81 | 390/4 |
| Фрикадельки рыбные | 60 | 8.19 | 2.64 | 3.08 | 69 | 279/2 |
| **Итого за день:** | **1 820** | **64.44** | **53.87** | **256.03** | **1 767** | |
| **Стоимость питания 210 руб.** | | | | | | |

МБДОУ Детский сад №320

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

/ Халаева А.М. /



# МЕНЮ

## 09.11.2026 понедельник

Кухня

| Наименование блюда | Вес блюда (г) | Пищевая ценность | | | Энерг. цен-ность | № рец |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки | Жиры | Угле-воды | | |
| Дети от 3 до 7 лет | | | | | | |
| **Завтрак** | **450** | **9.71** | **14.46** | **63.46** | **423** | |
| Бутерброды с маслом | 30/10 | 2.45 | 7.55 | 14.62 | 136 | 001 |
| Чай с молоком | 200 | 2.74 | 2.84 | 13.38 | 90 | 413/2 |
| Каша вязкая манная молочная | 200/5/5 | 4.52 | 4.07 | 35.46 | 197 | 182/3 |
| **Второй завтрак** | **100** | **0.40** | | **11.30** | **47** | |
| Сок фруктовый. | 100 | 0.40 | | 11.30 | 47 | 418/4 |
| **Обед** | **700** | **28.71** | **23.08** | **92.17** | **691** | |
| Котлеты рубленые из курицы | 70 | 13.35 | 13.26 | 5.61 | 195 | 322/2 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2.00 | 0.35 | 8.42 | 45 | 002 |
| Хлеб ржаной | 25 | 3.30 | 0.60 | 17.05 | 87 | 004 |
| Каша гречневая рассыпчатая (гарнир) | 130 | 5.95 | 4.20 | 28.29 | 175 | 330/1 |
| Компот из кураги | 200 | 0.56 | | 19.91 | 82 | 394/4 |
| Суп картофельный с мучными клецками(куриный) | 200 | 2.17 | 2.38 | 10.08 | 70 | 091/1 |
| Салат из горошка зеленого консервированного и репчатого лука. | 50 | 1.38 | 2.29 | 2.81 | 37 | 010 |
| **Полдник** | **250** | **9.01** | **11.53** | **20.35** | **221** | |
| Молоко кипяченое | 200 | 5.26 | 5.63 | 8.55 | 106 | 419/2 |
| Печенье промышленное | 50 | 3.75 | 5.90 | 11.80 | 115 | 1 |
| **Ужин** | **480** | **21.77** | **8.09** | **78.96** | **476** | |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5.27 | 3.45 | 27.46 | 162 | 219/1 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2.00 | 0.35 | 8.42 | 45 | 002 |
| Хлеб ржаной | 25 | 3.30 | 0.60 | 17.05 | 87 | 004 |
| Компот из вишни | 200 | 0.30 | 0.18 | 21.91 | 90 | 390/4 |
| Фрикадельки рыбные | 80 | 10.90 | 3.51 | 4.12 | 92 | 279/2 |
| **Итого за день:** | **1 980** | **69.60** | **57.16** | **266.24** | **1 858** | |
| **Стоимость питания 210 руб.** | | | | | | |