



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Ромашка»

Е. А. Рябцева

МЕНЮ на 17 июня 2026г.

№	Наименование блюд	Выход блюда		Энергетическая ценность ккал	
		Ранний возраст	Дошкольный возраст	Ранний возраст	Дошкольный возраст
Завтрак					
1.	Суп молочный с крупой (манка)	150	180	282,36	338,83
2.	Яйцо 1/2	20	20	31,2	31,2
3.	Хлеб пшеничный йод.	20	20	27,16	42,80
4.	Хлеб ржано – пшеничный йод.	10	10	11,53	17,30
5.	Кофейный напиток на цельном молоке	170	180	0,74	0,82
Итого по приему пищи		370	420	321,79	399,75
Второй завтрак					
	Фрукты свежие (груши)	130	150	46,00	46,00
Обед					
1.	Горошек консервированный	30	50	44,37	73,95
2.	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	144,42	173,30
3.	Рыба запеченная с овощами в молочном соусе	50	70	114,32	160,05
4.	Каша рисовая рассыпчатая	110	130	135,72	149,29
6.	Компот из смеси сухофруктов	150	180	51,95	62,33
7.	Хлеб пшеничный йод.	20	30	30,15	40,20
8.	Хлеб ржано-пшеничный йод.	10	20	11,53	17,30
Итого по приему пищи		520	660	545,81	703,12
Полдник					
1.	Булочка творожная	50	70	224,43	336,64
2.	Молоко кипяченое	150	180	107,80	123,20
Итого по приему пищи		200	250	332,23	459,84
Ужин					
1.	Суп Полевой	180	200	126,98	152,37
2.	Компот из брусники	180	200	83,72	100,46
3.	Хлеб пшеничный йод.	20	30	40,20	40,20
4.	Хлеб ржано-пшеничный йод.	20	20	11,53	17,30
Итого по приему пищи		400	450	262,43	215,33
Всего				1496,73	1806,74