

Дата: 16.10.2026

1 неделя, пятница (5 день)

Утверждено

Директором ООО БК КОП Л.А.Рыжкина

# МЕНЮ



Жирновским д/с «Росинка»

С.В.Баскакова

## Завтрак

| № | НАЗВАНИЕ                        | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                   | КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ) |                   |
|---|---------------------------------|--------------------|-------------------|---------------------|-------------------|
|   |                                 | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ      | ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ       | ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ |
| 1 | Каша гречнев.вязк.с масл.и сах. | 150/5/5            | 180/5/5           | 289,5               | 348,8             |
| 2 | Масло сливочное                 | 5                  | 5                 | 33                  | 33                |
| 3 | Чай с сахаром                   |                    | 180/10            |                     | 40                |
| 4 | Хлеб пшеничный                  | 20                 | 30                | 46,55               | 46,55             |
| 5 | Кофейный напиток с молоком      | 150                |                   | 88,81               |                   |
|   | <b>итого</b>                    | <b>335</b>         | <b>415</b>        | <b>476,05</b>       | <b>468,35</b>     |

## Второй завтрак

| № | НАЗВАНИЕ      | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                   | КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ) |                   |
|---|---------------|--------------------|-------------------|---------------------|-------------------|
|   |               | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ      | ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ       | ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ |
| 1 | Сок фруктовый | 100                | 100               | 42,56               | 42,56             |

## Обед

| № | НАЗВАНИЕ                           | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                   | КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ) |                   |
|---|------------------------------------|--------------------|-------------------|---------------------|-------------------|
|   |                                    | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ      | ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ       | ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ |
| 1 | Щи из свежей капусты с картофелем. | 180                | 180               | 61,02               | 61,02             |
| 2 | Свинина отварная                   | 60                 | 70                | 89,55               | 104,13            |
| 3 | Морковь тушеная в сметанном соусе  | 120                | 130               | 76,3                | 82,03             |
| 4 | Компот из сухофруктов              | 150                | 180               | 84,41               | 101,7             |
| 5 | Хлеб пшеничный                     | 30                 | 30                | 71                  | 71                |
| 6 | Хлеб ржаной                        | 30                 | 30                | 52                  | 52                |
|   | <b>итого</b>                       | <b>570</b>         | <b>620</b>        | <b>503,28</b>       | <b>546,71</b>     |

## Полдник

| № | НАЗВАНИЕ     | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                   | КАЛОРИЙНОСТЬ(ККАЛ) |                   |
|---|--------------|--------------------|-------------------|--------------------|-------------------|
|   |              | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ      | ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ      | ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ |
| 1 | Печенье      | 89                 | 84                | 156,67             | 237,66            |
| 2 | Кефир        | 180                | 180               | 90                 | 90                |
|   | <b>итого</b> | <b>269</b>         | <b>264</b>        | <b>246,67</b>      | <b>327,66</b>     |
|   | <b>всего</b> | <b>1274</b>        | <b>1399</b>       | <b>1375,6</b>      | <b>1426,36</b>    |

Повар [подпись]