

Дата 26.11.25

8 день

# МЕНЮ

Согласовано  
Заведующий МБДОУ  
Жирновским д/с «Росинка»  
С.В.Баскакова

## Завтрак

| № | НАЗВАНИЕ                                          | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                         | КАЛОРИЙНОСТЬ<br>(ККАЛ) |                         |
|---|---------------------------------------------------|--------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|
|   |                                                   | ДЕТИ ДО<br>3 ЛЕТ   | ДЕТИ<br>СТАРШЕ 3<br>ЛЕТ | ДЕТИ<br>ДО 3<br>ЛЕТ    | ДЕТИ<br>СТАРШЕ<br>3 ЛЕТ |
| 1 | Каша ячневая молочная вязкая<br>+сл.масло + сахар | 150+5+5            | 180+5+5                 | 154                    | 183                     |
| 2 | Сливочное масло                                   | 5                  | 5                       | 3305                   | 3305                    |
| 3 | Хлеб пшеничный                                    | 20                 | 20                      | 47                     | 47                      |
| 4 | Чай с сахаром                                     | 160+7              | 180+10                  | 35,5                   | 40                      |
|   | итого                                             | 352                | 405                     | 269,5                  | 303,05                  |

## Второй завтрак

| № | НАЗВАНИЕ               | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                         | КАЛОРИЙНОСТЬ<br>(ККАЛ) |                         |
|---|------------------------|--------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|
|   |                        | ДЕТИ ДО<br>3 ЛЕТ   | ДЕТИ<br>СТАРШЕ 3<br>ЛЕТ | ДЕТИ<br>ДО 3<br>ЛЕТ    | ДЕТИ<br>СТАРШЕ<br>3 ЛЕТ |
| 1 | Фрукты - <i>яблоко</i> | 95                 | 100                     | 41,8                   | 44                      |

## Обед

| № | НАЗВАНИЕ                                | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                         | КАЛОРИЙНОСТЬ<br>(ККАЛ) |                         |
|---|-----------------------------------------|--------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|
|   |                                         | ДЕТИ ДО<br>3 ЛЕТ   | ДЕТИ<br>СТАРШЕ 3<br>ЛЕТ | ДЕТИ<br>ДО 3<br>ЛЕТ    | ДЕТИ<br>СТАРШЕ<br>3 ЛЕТ |
| 1 | Рассольник «Ленинградский» +<br>сметана | 150+4              | 180+4                   | 73                     | 88                      |
| 2 | Рыба тушеная с овощами                  | 60                 | 80                      | 61                     | 81                      |
| 3 | Капуста тушеная                         | 110                | 130                     | 86,9                   | 102,7                   |
| 4 | Хлеб пшеничный                          | 15                 | 30                      | 35                     | 70,5                    |
| 5 | Хлеб ржаной                             | 26                 | 40                      | 45,24                  | 69,6                    |
| 6 | Кисель плодово-ягодный                  | 150                | 180                     | 128                    | 139                     |
|   | итого                                   | 515                | 644                     | 429                    | 550,8                   |

## Полдник

| № | НАЗВАНИЕ         | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                         | КАЛОРИЙНОСТЬ<br>(ККАЛ) |                         |
|---|------------------|--------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|
|   |                  | ДЕТИ ДО<br>3 ЛЕТ   | ДЕТИ<br>СТАРШЕ 3<br>ЛЕТ | ДЕТИ<br>ДО 3<br>ЛЕТ    | ДЕТИ<br>СТАРШЕ<br>3 ЛЕТ |
| 1 | Блины с повидлом | 50+5               | 70+15                   | 95                     | 129,5                   |
| 2 | Какао            | 150                | 180                     | 89                     | 107                     |
|   | итого            | 205                | 265                     | 184                    | 236,5                   |
|   | всего            | 1167               | 1414                    |                        |                         |

Повар *Д.С.*