

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
«Детский сад №282»
М.И. Косенкова



Меню на 28.07.2026

Неделя 1 день 2

Наименование блюда	ясли		сад	
	Выход блюда (г.)	Энергетическая ценность (Ккал)	Выход блюда (г.)	Энергетическая ценность (Ккал)
Завтрак				
Суп молочный с вермишелью	130	123,45	150	146,6
Масло сливочное	3	19,83	5	33,05
Хлеб пшеничный	30	70,5	40	94
Кофейный напиток с молоком	170	71,77	180	105,17
Яйцо отварное	20	62,8	20	62,8
<i>Итого за завтрак</i>	<i>353</i>	<i>348,35</i>	<i>395</i>	<i>441,62</i>
Обед				
Овощи по сезону	30	11,35	50	18,92
Суп из сборных овощей со сметаной и курицей	150	123,51	180	145,31
Жаркое по-домашнему с мясом	160	219,71	200	258,48
Хлеб пшеничный	20	47	25	58,75
Хлеб ржаной	20	34,8	25	43,5
Компот из сухофруктов	150	48,05	180	50,58
<i>Итого за обед</i>	<i>530</i>	<i>484,42</i>	<i>660</i>	<i>524,96</i>
Полдник				
Кондитерское изделие	30	125,1	50	208,5
Напиток из шиповника	170	94,4	200	112,1
<i>Итого за полдник</i>	<i>200</i>	<i>219,5</i>	<i>250</i>	<i>320,6</i>
Ужин				
Запеканка из творога	150	255,3	160	340,35
Хлеб пшеничный	15	23,6	20	35,25
Повидло	10	22,72	12	34,08
Хлеб ржаной	25	34,8	30	43,5
Чай с сахаром	180	24,11	200	28,35
<i>Итого за ужин</i>	<i>380</i>	<i>360,53</i>	<i>422</i>	<i>481,53</i>
<i>Итого за день</i>	<i>1463</i>	<i>1412,8</i>	<i>1727</i>	<i>1768,09</i>