

Меню на «14» 2025г.

УТВЕРЖДАЮ
и.о.заведующего МБДОУ

№ 26 «Солнышко»

А.А.Раенко



| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Калорийность блюда |
|----------------|-----------------------|-----------|-----------------------|
| Завтрак | Каша молочная манная | 200 | 223,38 |
| | Батон с маслом и сыр | 28/6/6 | 60 |
| | Коф.напиток | 180 | 0,5 |
| | Хлеб | 40 | 98 |
| Второй завтрак | Яблоко | 120 | 55 |
| Обед | Огурец свежий | 40 | 24 |
| | Суп фасолевый на м/б. | 200 | 132,93 |
| | Гречка отварная | 130 | 132 |
| | Гуляш мясной | 85 | 233 |
| | Компот из с/я. | 180 | 21 |
| | Хлеб | 45 | 84 |
| Полдник | Блины | 100 | 269 |
| | Йогурт | 150 | 115 |
| | | | |

Меню на «18» 2025г.

УТВЕРЖДАЮ
и.о. заведующего МБДОУ
№ 26 «Солнышко»
А.А. Раенко

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Калорийность блюда |
|----------------|--------------------------|-----------|-----------------------|
| Завтрак | Каша пшённая молочная | 200 | 218,22 |
| | Батон с маслом и сыр | 25/5/6 | 52,59 |
| | Чай | 200 | 97,69 |
| | Хлеб | 60 | 97,3 |
| Второй завтрак | Сок | 142 | 55,26 |
| Обед | Помидор свежий | 45 | 37,3 |
| | Борщ на м/б. со сметаной | 200/14 | 110,46 |
| | Картофель отварной | 130 | 157,55 |
| | Тефтеля мясная | 70 | 89,82 |
| | Компот из с/я | 180 | 71,6 |
| | Хлеб | 50 | 79,55 |
| Полдник | Рыба под омлетом | 50/80 | 269,18 |
| | Кофейный напиток | 200 | 97,69 |
| | Хлеб | 14 | 26 |
| | | | 1624,3 |

Меню на «~~20~~» ~~20~~ 2025г.



| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Калорийность блюда |
|----------------|--------------------------|-----------|-----------------------|
| Завтрак | Макароны молочные | 200 | 211,96 |
| | Батон с маслом | 25/5 | 52,59 |
| | Коф. напиток | 200 | 100,6 |
| | Хлеб | 31 | 102 |
| Второй завтрак | Груша | 138 | 69,08 |
| Обед | Икра овощная | 30 | 47,71 |
| | Суп с з/горошком на м/б. | 200 | 120,53 |
| | Плов с мясом | 150 | 247,9 |
| | Компот из с/ф | 180 | 113 |
| | Хлеб | 29/38 | 117,2 |
| Полдник | Блинчики | 100 | 269,18 |
| | Со сгущ. молоком | 32 | 126,2 |
| | Чай | 200 | 80,1 |
| | | | 1361,8 |

Меню на «~~10~~» 2025г.

УТВЕРЖДАЮ
и.о. заведующего МБДОУ
№ 26 «Солнышко»
А.А. Раенко



| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Калорийность блюда |
|----------------|--------------------------|-----------|-----------------------|
| Завтрак | Каша молочная «Геркулес» | 200 | 164 |
| | Батон с маслом и сыр | 25/5/6 | 37 |
| | Чай | 200 | 100 |
| | Хлеб | 28 | 71 |
| Второй завтрак | Сок | 143 | 72,83 |
| Обед | Суп рыбный | 200 | 113 |
| | Каша гречневая | 130 | 150 |
| | Котлета мясная | 65 | 346 |
| | Кисель | 180 | 92 |
| | Хлеб | 40 | 71 |
| Полдник | Овощи тушёные | 150 | 248 |
| | Коф. напиток | 200 | 65 |
| | Хлеб | 20 | 71 |

Меню на «21» 2025г.

УТВЕРЖДАЮ
и.о.заведующего МБДОУ
№ 26 «Солнышко»
А.А.Раенко

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Калорийность блюда |
|----------------|--------------------------|-----------|-----------------------|
| Завтрак | Икра овощная | 42 | 159 |
| | Омлет | 100 | 37 |
| | Батон с маслом | 28/5 | 145 |
| | Коф.напиток | 180 | 97 |
| | Хлеб | 20/20 | 71 |
| Второй завтрак | Яблоко | 130 | 64 |
| Обед | Помидор свежий | 47 | 37 |
| | Свекольник на м/б. | 200 | 113,49 |
| | Рис | 130 | 140 |
| | Бефстроганов из говядины | 70 | 99 |
| | Компот из с/ф. | 180 | 83 |
| | Хлеб | 40/40 | 71 |
| Полдник | Макароны с сыром | 150 | 219,06 |
| | Какао с молоком | 200 | 28,33 |
| | Хлеб | 30 | 14,62 |
| | | | |