

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №2 "Звездочка"

/Мазур А.В./

МЕНЮ
2 февраля 2026 г.

Диета сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,30	0,22	18,65	85,01
КАКАО	180	0,39	0,24	7,90	35,64
БАТОН	30	2,28	0,88	15,65	79,78
ПОВИДЛО, ДЖЕМ, ВАРЕНИЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,04	0,00	6,40	25,76
Итого		5,01	1,34	48,60	226,19
II Завтрак					
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	120	0,58	0,12	11,76	50,05
СУШКА	20	2,11	0,25	13,35	64,21
Итого		2,69	0,37	25,11	114,26
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,97	2,37	4,77	44,53
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,66	4,25	6,56	71,84
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,41	0,43	18,47	87,97
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	12,78	5,74	2,18	111,70
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	13,87	55,47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,48	0,33	15,85	76,28
Итого		20,30	13,12	61,70	447,79
Полдник					
ОЛАДЬИ	120	5,48	6,71	34,20	219,00
ПОВИДЛО, ДЖЕМ, ВАРЕНИЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,04	0,00	6,40	25,76
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,08	0,08	10,08	41,87
Итого		5,60	6,79	50,68	286,63
Всего		33,60	21,62	186,09	1 074,87

Медицинская сестра _____ Пучкова Л.Ю.

Зав. производством (шеф-повар) _____ Кравченко Ю.Л.