

МБДОУ «Детский сад №1 «Солнышко»»
Заведующий

Меню на 16.03.2026г.

Демьяненко О.И.

наименование блюд	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	Витамины, мг				ккалл.	№ РЕЦЕПТУРЫ	Цена, руб
					В1	А	В2	С			
ЗАВТРАК											
1.Каша гречневая молочная с маслом и сахаром	200	7,87	8,46	36,5	-	-	-	-	249,8	7	24р14к
2.Какао	200	3,9	4,1	16,5	-	21,6	0,2	0,6	113,2	23	18р89к
3.Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	19,68	-	-	-	-	94	31	5р07к
2 ЗАВТРАК											
1.Печенье	18	4,5	5,88	44,64	-	-	-	-	250,2	105	3р78к
ОБЕД											
1. Суп картофельный с крупой (пшено) на к/б	200	2,14	2,24	13,71	0,09	-	-	20,88	83,6	12	17р30к
2. Гуляш и рис отварной	65/160	19,89/4,9	19,2/7,1	4,5/50,8	0,1/-	215,9/-	0,2/-	1,1/-	270,3/286,7	14/67	36р13к
3. Компот с витамином «С»	200	0,198	-	21,02	-	-	-	-	81,71	18	2р47к
4. Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	-	-	-	-	87	31	2р87к
ПОЛДНИК											
1. Макароны отварные с маслом и сахаром	150	3,65	5,065	24,41	-	-	-	-	161,99	1	8р63к
2. Чай	200	-	-	14,97	-	-	-	-	56,85	20	1р09к
3. Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	-	-	-	-	94	31	3р04к
Итого: 123 руб. 41 коп.											