



МКОУ "Нижнегнутовская СШ" дошкольная группа

Меню на 11 февраля 2026 года

наименование блюда	вес блю да в грам м.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	№ рецепту ры	вес блюда в грамм .	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры	
		белки	жиры	углевод ы				белки	жиры	углевод ы			
		Возраст 1-3 лет						Возраст 3-7 лет					
Завтрак													
Каша молочная манная жидкая	150	4,1	4,4	23,2	149	219	180	5	5,3	28,1	180	335	
Масло сливочное (порциями)	10	0	7,2	0,1	66	232	10	0	7,2	0,1	66	232	
Чай чёрный с сахаром	180	0	0	9	36	214	180	0	0	9	36	214	
Хлеб пшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210	
Второй завтрак													
Продукт кисломолочный «Снежок»	100	3,0	2,5	10,0	74	270	100	3,0	2,5	10,0	74	270	
Обед													
Морковь свежая	30	0,4	0	2,2	10	227	50	0,6	0	3,6	17	228	
Борщ со свежей капустой, картофелем и фасолью	150	2,3	3,7	10,2	83	311	180	2,6	4,3	11,8	96	308	
Биточек куриный	80	12	19,1	3,8	235	102	80	12	19,1	3,8	235	102	
Картофель по-деревенски	130	5,2	4,8	24,8	155	261	130	5,2	4,8	24,8	155	261	
Фиточай каркаде с сахаром	150	0	0	7,5	30	220	180	0	0	9	36	222	
Хлеб пшеничный в/с	25	2	0,4	9	47	209	30	2,5	0,4	10,8	57	210	
Хлеб ржаной	25	1,8	0,5	10,2	52	211	30	2,2	0,6	12,2	63	212	
Полдник													
Сырники из творога	80	11,7	7,2	19,6	190	248	80	11,7	7,2	19,6	190	248	
Какао на молоке	150	2,2	2,4	15,7	93	237	180	2,6	2,8	18,4	109	238	
итого за 3 день	1285	46,7	52,6	154,3	1267		1440	49,9	54,6	172	1371		