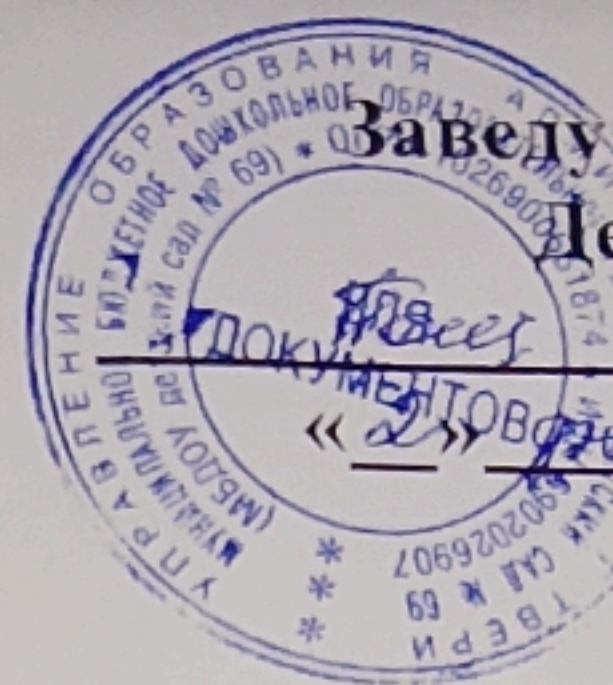




Утверждаю

Заведующий МБДОУ

Детский сад №69

Пожарова М.В.

« 2 » февраля 2026 г.

Меню

« 2 » февраля 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша «Дружба» с маслом сливочным (пшено, рис)	150/200	4,5	5	31,0	185
	Какао с молоком	150/180	3,8	3,3	15,5	106
	Хлеб пшеничный	20/20	2,68	0,4	20,0	96
2-ой завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100/100	0,5	-	10,1	42
	Салат из свеклы	30/50	0,7	3,04	4,18	46,9
Обед	Суп с рыбными консервами	150/200	6,9	6,7	11,5	133
	Фрикадельки мясные	40/50	14,35	1,17	6,88	95
	Соус томатный	30/30				
	Рис отварной	110/150	3,6	4,3	37,5	203
	Компот из сухофруктов без сахара	150/180	0,4	0,02	24,99	10
	Хлеб ржаной	30/40	1,98	0,36	10,2	5
Полдник	Кисломолочный напиток	130/150	5,0	5,7	7,2	10
Ужин	Лапшевникс творогом	120/150	18,1	13,1	33,56	
	Соус молочный сладкий	30/30	0,6	1,4	3,97	3
	Чай с сахаром	150/180	0	0	12	