

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
Быковский детский сад № 5 «Алёнка»



Д.В. Крютченко

МЕНЮ
на «16» февраля 2026 г
1-3 года

Сборник рецептов	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК							
2011	185	Каша жидкая молочная манная	150	4,50	2,6	24,3	134,0
2016	1	Бутерброд с маслом №1	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50
2016	414	Кофейный напиток с молоком	150	2,5	1,5	10,6	64,3
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
2011	399	Сок яблочный	100	0,5	0,13	9,8	41,7
ОБЕД							
2002	1,2,3, 4,5	Овощи по сезону	30	0,50	0,08	2,70	12,90
2022	47	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,90	3,80	6,20	61,20
2016	261	Рыба, тушенная с овощами (минтай)	60	6,56	3,06	1,54	60,00
2016	136	Картофель отварной	110	3,00	3,80	19,40	97,00
2010	7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,25	0,20	8,26	39,60
2010	6	Хлеб пшеничный	20	1,56	0,20	9,64	46,72
2022	53	Компот из смеси сухофруктов	150	0,0	0,0	11,6	46,5
ПОЛДНИК							
2016	227	Яйцо вареное	64	7,82	7,11	0,42	97,56
2017	5	Икра кабачковая	50	0,9	4,3	3,8	57,7
	6	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
2016	411	Чай с сахаром	150	0,0	0,0	11,3	45,0
Итого за день:			1284	36,49	34,48	154,86	1044,68

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
Быковский детский сад № 5 «Алёнка»



Д.В. Крютченко

МЕНЮ
на «16» февраля 2026 г
3-7 лет

Сборник рецептов	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК							
2011	185	Каша жидкая молочная манная	180	5,50	3,1	28	156,4
2016	1	Бутерброд с маслом №1	40/10	3,2	7,5	20,2	169,5
2016	414	Кофейный напиток с молоком	180	3,0	2,5	15,5	95,6
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
2011	399	Сок яблочный	150	0,8	0,2	14,7	62,6
ОБЕД							
2002	1,2,3, 4,5	Овощи по сезону	50	0,8	0,1	4,4	21,4
2022	47	Щи из свежей капусты с картофелем	180	2,3	4,5	7,4	73,44
2016	261	Рыба, тушенная с овощами (минтай)	80	8,74	4,07	2,2	80,0
2016	136	Картофель отварной	130	3,5	4,5	22,9	132,3
2010	7	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,88	0,3	12,4	59,4
2010	6	Хлеб пшеничный	30	2,34	0,3	14,46	70,08
2022	53	Компот из смеси сухофруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
ПОЛДНИК							
2016	227	Яйцо вареное	64	7,82	7,11	0,42	97,56
2017	5	Икра кабачковая	60	1,08	5,16	4,5	69,24
	6	Хлеб пшеничный	30	2,34	0,3	14,46	70,08
2016	411	Чай с сахаром	180	0,1	0,0	14,3	57,0
Итого за день:			1574	43,4	39,64	189,84	1270,4