

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Светлячок»
г.Николаевска Волгоградской области

СОГЛАСОВАНО



Меню

День 2

13 января 2026 г.

Завтрак выход блюд до 3 л. с 3 до 7 эн.ценность

Каша вязкая молочная из риса

и пшена с маслом № 103	150	180	183,80	220,6
------------------------	-----	-----	--------	-------

Чай с сахаром № 411	150	180	45	57
---------------------	-----	-----	----	----

Бутерброд с сыром № 3	45	45	141,6	141,6
-----------------------	----	----	-------	-------

2 Завтрак

Сок яблочный № 399	100	150	41,7	62,6
--------------------	-----	-----	------	------

Обед

Суп картофельный с бобовыми

(горохом) № 43	150	180	80,9	97,0
----------------	-----	-----	------	------

Тефтели мясные № 304	50\30	70\30	64,6	90,4
----------------------	-------	-------	------	------

Картофель отварной № 136	110	130	97,0	132,3
--------------------------	-----	-----	------	-------

Кисель № 247	150	180	97,5	105,0
--------------	-----	-----	------	-------

Огурец соленый № 1	30	50	12,9	21,4
--------------------	----	----	------	------

Хлеб пшеничный № 6	20	30	46,72	70,08
--------------------	----	----	-------	-------

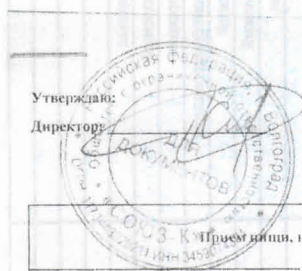
Хлеб пеклеванный № 68	20	30	36,20	54,30
-----------------------	----	----	-------	-------

Полдник

Запеканка рисовая с творогом

с соусом молочным № 100	100\30	130\30	186,45	242,4
-------------------------	--------	--------	--------	-------

Какао с молоком № 416	150	180	89,1	118,8
-----------------------	-----	-----	------	-------



Меню

День 3

14 января 2026г.

Завтрак выход блюд до 3 л. с 3 до 7 эн.ценность

Каша вязкая молочная рисовая № 102	150	180	237	284,5
Чай с лимоном № 412	150	180	46,5	55,8
Бутерброд с маслом № 1	50	50	169,5	169,5

2 Завтрак

Сок яблочный № 399	100	150	41,7	62,6
--------------------	-----	-----	------	------

Обед

Суп картофельный с крупой (пшеном) № 86	150	180	61,4	73,6
Рыба, тушеная с овощами (минтай) № 261	60	80	60	80
Каша гречневая рассыпчатая № 165	110	130	182,7	215,6
Компот из смеси сухофруктов № 53	150	180	46,5	55,8
Помидор соленый № 2	30	50	12,9	12,9
Хлеб пшеничный № 6	20	30	46,72	70,08
Хлеб пеклеванный № 68	20	30	36,20	54,30

Полдник

Каша пшенная молочная вязкая № 108	150	180	26,42	31,7
Чай с сахаром № 411	150	180	45	57
Печенье № 9	50	50	208,5	208,5



Меню

День 4

15 января 2026 г.

Завтрак выход блюд до 3 л. с 3 до 7 эн.ценность

Каша жидкая молочная манная № 185	150	180	134	156,4
Кофейный напиток с молоком № 414	150	180	64,3	95,6
Бутерброд с повидлом № 2	30\20	30\20	141,6	141,6

2 Завтрак

Яблоко № 386	100	100	45,6	45,6
--------------	-----	-----	------	------

Обед

Борщ с капустой и картофелем № 63	150	180	61,8	74,25
Плов из птицы № 321	130	150	340,7	454,3
Кисель № 247	150	180	97,5	105,0
Свекла отварная № 2	30	50	12,9	12,9
Хлеб пшеничный № 6	20	30	46,72	70,08
Хлеб пеклеванный № 68	20	30	36,20	54,30

Полдник

Лапшевник с творогом с соусом молочным (сладким) № 154	100\30	130\30	209,6	272,5
Чай с молоком № 413	150	180	73,2	97,6

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Светлячок»
г.Николаевска Волгоградской области

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МДОУ



Меню

День 5

16 января 2026 г.

Завтрак выход блюд до 3 л. с 3 до 7 эн.ценность

Суп молочный с макаронными изделиями № 85	150	180	112,62	135,14
Чай с сахаром № 411	150	180	45	57
Бутерброд с сыром № 3	45	45	141,6	141,6

2 Завтрак

Сок яблочный № 399	100	150	41,7	62,6
--------------------	-----	-----	------	------

Обед

Суп из овощей № 135	150	180	53,6	64,5
Голубцы ленивые с соусом томатным № 315	120\15	160\30	164	219
Компот из смеси сухофруктов № 53	150	180	46,5	55,8
Хлеб пшеничный № 6	20	30	46,72	70,08
Хлеб пеклеванный № 68	20	30	36,20	54,30

Полдник

Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом № 103	150	180	183,80	220,6
Чай с сахаром № 411	150	180	45	57
Хлеб пшеничный № 6	30	30	46,72	70,08