

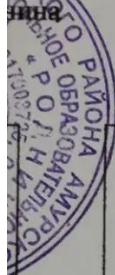
МЕНЮ НА 19 ОКТЯБРЯ 2026 г.

Утверждаю
Заведующий МАДОУ
д/с «Родничок»
С.А. Вершинина



	Наименование	Объем порций (гр.)		Ккал
		1,5-3	3-7	
Завтрак	Каша ячневая молочная	150	200	206,43
	Хлеб, масло сливочное	20/6	30/8	151,8
	Чай с сахаром	170	200	39,42
2-Й Завтрак 10:00	Сок	100	100	43,0
Обед	Салат витаминный	40	60	82/96
	Борщ со сметаной	150	200	241,27
	Плов	150	200	291,48
	Компот из с/ф	150	200	38,70
	Хлеб	40	50	118,41
Полдник	Вафли	50	60	230,29
	Чай с сахаром	150	200	39,42

даю
ОУ
«Родник»
г.Иркутск



МЕНЮ НА 20 ОКТЯБРЯ 2026 г.

Утверждаю
Заведующий МА ДС
д/с «Родник»
С.А.Вершинин



	Наименование	Объем порций (гр.)		Ккал
		1,5-3	3-7	
Завтрак	Каша «Геркулес» молочная	150	200	212,66
	Хлеб, масло сливочное	20/6	30/8	151,8
	Чай с сахаром	170	200	39,42
2й Завтрак 10:00	Сок	100	100	43,0
Обед	Салат витаминный	40	60	82/96
	Суп гороховый с гренками	150	200	243,75
	Макароны отварные	120	150	243,75
	Гуляш	60	70	172,15
	Компот из с/ф	150	200	38,70
	Хлеб	40	50	118,41
Полдник	Ватрушка с творогом	70/20	80/30	154/168
	Чай с сахаром	150	200	39,42

МЕНЮ НА 21 ОКТЯБРЯ 2026 г.

Утверждаю
Заведующий МАДОУ
д/с «Родничок»
С.А. Вершинина

	Наименование	Объем порций (гр.)		Ккал
		1,5-3	3-7	
Завтрак	Каша пшенная молочная	150	200	214,6
	Хлеб, масло сливочное	20/6	30/8	151,8
	Чай с сахаром	170	200	39,42
2-Й Завтрак 10:00	Сок	100	100	43,0
Обед	Салат Полевой	40	60	82/96
	Суп вермишелевый	150	200	241,27
	Каша гречневая	120	150	148/158
	Котлета мясная	70	80	78/92
	Соус	20	30	24/38
	Компот из с/ф	150	200	38,70
	Хлеб	40	50	118,41
Полдник	Пряник	50	60	250,2
	Чай с сахаром	150	200	39,42

МЕНЮ НА 22 ОКТЯБРЯ 2026 г.

	Наименование	Объем порций (гр.)		Ккал
		1,5-3	3-7	
Завтрак	Каша манная молочная	150	200	210,14
	Хлеб, масло сливочное	20/6	30/8	151,8
	Чай с сахаром	170	200	39,42
2-й Завтрак 10:00	Сок	100	100	43,0
Обед	Салат Свекольный	40	60	49/56
	Суп с рисом	150	200	225,50
	Жаркое по домашнему	150	180	319,95
	Компот из с/ф	150	200	38,70
	Хлеб	40	50	118,41
Полдник	Ватрушка с повидлом	70	80	182,4
	Чай с сахаром	150	200	39,42

Утверждаю
Заведующий МАДОУ
«С/С «Родничок»
С.А. Вершинина

МЕНЮ НА 23 ОКТЯБРЯ 2026 г.

	Наименование	Объем порций (гр.)		Ккал	
		1,5-3	3-7		
Завтрак	Каша гречневая молочная	150	200	205,47	Зав
	Хлеб, масло сливочное	20/6	30/8	151,8	
	Чай с сахаром	170	200	39,42	
2-й Завтрак 10:00	Сок	100	100	43,0	2-й Зав
	Рассольник со сметаной	150	200	225,50	
	Бигус	150	180	210,10	
	Компот из с/ф	150	200	38,70	
	Хлеб	40	50	118,41	
Полдник	Печенье	50	60	212,40	Пол
	Йогурт	150	200	138/142	