

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №121

«Утверждаю»
И.о.заведующего МБ ДОУ №121
Дудникова И.Н.

Меню на 5 ОКТЯБРЯ 2026 г.
(для детей от 1,5 до 3 лет, от 3 до 7 лет)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат 44 3F DC AE CF 60 00 4F FE 50
Владелец: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Действителен с 10.12.2026 по 10.12.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
				Б	Ж	У		
Завтрак	Каша ячневая рассыпчатая	130	150	2,72	2,13	34,88	199,32	№205
	Яйцо вар 1\2	30	30	3,2	5,46	1,9	23,9	№121
	Батон нарезной	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60	№701
	Масло (порциями)	5	5	0,06	3,08	0,09	28,30	№6
	Чай с сахаром и лимоном	150	180	0,16	0	15,3	61,6	№181
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	100	0,76	2,76	3,9	34,9	№399
Итого за завтрак:		475	545	12,08	15,65	58,04	556,53	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	180	7,04	5,84	29,68	195,66	№81
	Макароны отварные с маслом	110	130	6,2	3,6	24,6	154,5	№94
	Биточки рыбные тушеные	50	70	7,91	5,26	16,19	169,15	№255
	Соус томатный	30	30	0,52	0,66	3,07	20,69	№348
	Салат из соленых огурцов с луком	30	50	0,54	3,07	1,67	37,57	№19
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,05	0,00	10,44	39,74	№376
	Хлеб пшеничный	30	30	2,45	7,55	14,62	136	№701
	Хлеб ржаной	40	50	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
Итого за обед:		575	655	25,57	27,06	111,92	814,24	
Полдник	Чай с сахаром	150	180	5,8	6,4	9,4	120,0	№400
	Печенье	50	50	3,3	7,1	27,7	171,6	№194
Итого за полдник:		200	230	9,1	13,5	37,1	291,6	
Ужин	Каша молочная «Геркулес»	180	200	3,46	3,46	37,22	201,98	№185(2)
	Кофейный напиток с молоком	180	200	3,9	4,28	12,08	102,18	№395
	Хлеб ржаной	40	50	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
Итого за ужин:		400	450	7,96	7,89	58,65	347,66	
Итого за день:		1580	1780	56,66	56,25	250,8	1904,49	