**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**
**детский сад комбинированного вида №121**

«*Утверждаю»*
заведующий МБ ДОУ №121
_____Черевко С.Г.

# Меню на 5 ноября 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: Черевко Светлана Георгиевна
Действителен: с 10.12.2024г. по 10.12.2029г.

| Прием пищи | Наименование Блюда | Выход блюда | | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Ясли | Сад | Б | Ж | У | | |
| **Завтрак** | Омлет натуральный | 150 | 170 | 21,2 | 7,0 | 31,3 | 273 | №89 |
| | Сыр (порциями) | 10 | 10 | 2,09 | 5,9 | 78 | 65 | №131 |
| | 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 |
| | Какао с молоком | 150 | 180 | 3,84 | 4,06 | 11,78 | 99,08 | №397 |
| **2 завтрак** | Свежее яблоко | 95 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | №368 |
| **Итого за завтрак:** | | **430** | **485** | **47,28** | **60,2** | **201,24** | **635,98** | |
| **Обед** | Рассольник домашний | 150 | 180 | 3,64 | 5,46 | 18,48 | 140,14 | №67 |
| | Каша пшеничная рассыпчатая | 110 | 130 | 3,6 | 2,7 | 4,9 | 123,0 | №312 |
| | Котлета говяжья | 50 | 70 | 2,3 | 4.7 | 8,9 | 122,7 | №113 |
| | Икра кабачковая | 30 | 50 | 1,2 | 3,6 | 1,32 | 65,3 | №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 | 35 | 40 | 0,6 | 0,15 | 9,35 | 43,5 | №700 |
| **Итого за обед:** | | **555** | **680** | **20,62** | **27,71** | **79,01** | **680,73** | |
| **Полдник** | Бутерброд с повидлом | 50 | 50 | 3,75 | 5,9 | 37,45 | 208,55 | 609 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 150 | 150 | 0,9 | 0 | 19,8 | 76 | №399 |
| **Итого за полдник:** | | **200** | **200** | **4,65** | **5,9** | **55,63** | **284,55** | |
| **Ужин** | Кофейный напиток с молоком | 150 | 180 | 3,9 | 4,28 | 12,08 | 102,18 | №395 |
| | Суп молочный рисовый | 150 | 180 | 23,4 | 6,5 | 4,8 | 34,99 | №215 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 0,6 | 0,15 | 9,35 | 43,5 | №700 |
| **Итого за ужин:** | | **340** | **350** | **7,96** | **7,89** | **58,65** | **347,66** | |
| **Итого за день:** | | **1540** | **1755** | **80,51** | **101,7** | **394,53** | **1948,92** | |