Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №121

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

Меню на 12 Октября 2026 г.
(для детей от 1,5 до 3, 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 с сыром	130	150	21,2	7,0	31,3	273	№89
	Икра кабачковая (промыш)	30	40	2,7	4,3	7,8	12,8	№17
	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	180	200	3,84	4,06	11,78	99,08	№397
2 завтрак	Свежее яблоко	100	100	0,4	0,4	9,8	47	№368
Итого за завтрак:		**515**	**535**	**47,28**	**60,2**	**201,24**	**635,98**	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	180	2,52	5,28	16,10	122,96	№76
	Рыба тушеная в томате с овощами	50	70	1,2	3,2	5,4	124	№113
	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	13,96	13,66	26,18	313,92	№276
	Салат из соленых огурцов с луком	30	50	0,8	5,0	1,8	55	№86
	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	40	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
Итого за обед:		**680**	**700**	**20,62**	**27,71**	**79,01**	**680,73**	
Полдник	Печенье	50	50	3,75	5,9	37,45	208,55	609
	Чай с молоком	150	150	0,9	0	19,8	76	№399
Итого за полдник:		**200**	**200**	**4,65**	**5,9**	**55,63**	**284,55**	
Ужин	Какао с сахаром	150	180	3,9	4,28	12,08	102,18	№395
	Суп молочный с макаронами	150	180	3,46	3,46	37,22	201,98	№67
	Хлеб ржаной	40	50	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
Итого за ужин:		**420**	**450**	**7,96**	**7,89**	**58,65**	**347,66**	
Итого за день:		**1595**	**1755**	**80,51**	**101,7**	**394,53**	**1948,92**	