Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №121

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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат 44 ЗГ DC АЕ СЕ 60 00 4F FE 50
Владелец: Черевко Светлана Георгиевна
Действителен: с 10.12.2024г. по 10.12.2029г.

Меню на 13 октября 2026 г.

(для детей 1,5 до 3 лет и от 3 до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		ясли	сад	Б	Ж	У		
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	150	180	3,84	4,06	11,78	99,08	№397
	Сырники из творога	130	150	9,29	10,01	22,71	218	№185(3)
	Соус молочный	30	30	4,45	5,64	23.54	65,4	№152
	Масло (порциями)	5	5	0,06	3,08	0,09	28,30	№6
	Батон нарезной	25	30	3,9	4,28	12,08	102,18	№700
Второй завтрак	Свежее яблоко	95	100	0,90	0	18,18	76,00	№399
Итого за завтрак:		**450**	**505**	**26,39**	**30,27**	**81,92**	**721,68**	
Обед	Суп с клецками	150	180	2,78	6,4	16,70	136,22	№58
	Плов с курицей	150	170	15,1	19,58	35,92	398,02	№304
	Салат из квашеной капусты с изюмом	30	50	1,04	1,07	2,32	24,61	№47
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,05	0,00	10,44	39,74	№376
	Хлеб пшеничный	20	30	2,45	7,55	14,62	136	№701(3)
	Хлеб ржаной	30	40	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
Итого за обед:		**590**	**700**	**23,49**	**27,65**	**106,31**	**785,93**	
Полдник	Булочка сдобная	50	50	3,75	5,9	37,45	208,55	ГОСТ
	Сок фруктовый	150	150	0,4	0,4	9,8	47	№400(1)
Итого за полдник:		**200**	**200**	**9,82**	**9,66**	**37,36**	**277,0**	
Ужин	Каша молочная с гречневой крупой	150	180	21,2	7	31,3	241,3	№89
	Чай с сахаром и молоком	150	180	0,42	1,47	1,74	22,23	№152.1
	Хлеб пшеничный	40	50	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
Итого за ужин:		**400**	**250**	**13,73**	**14,22**	**43,84**	**360,58**	
Итого за день:		**1570**	**1745**	**68,86**	**84,95**	**245,24**	**2082,80**	