

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

«Утверждаю»
заведующий МБ ДОУ №121
Черевко С.Г.

**Меню на 14 сентября 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
	Свежий огурец	20	20	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 свежих помидоров с перцем и 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 сахаром	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	