Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №121

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

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.

Меню на 19 ОКТЯБРЯ 2026 г.

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

Прием пищи	Наименование Блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
				Б	Ж	У		
Завтрак	Каша гречневая 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	Сок фруктовый	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**	