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 20 октября 2026 г.
(для детей от 1,5 до 3 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	Вареники ленивые	130	150	15,76	16,62	27,18	359,82	№230
	Соус молочный	30	30	19,43	14,71	45,19	115	№351
	Батон нарезной	20	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	1,4	1,6	17,3	89,32	№182
Второй завтрак	Сок фруктовый	95	100	0,50	0	10,10	42,00	№368
Итого за завтрак:		**460**	**525**	**14,54**	**11,52**	**70,14**	**431,72**	
Обед	Свекольник со сметаной	150	180	3,64	5,46	18,48	140,14	№67
	Котлета куриная	60	80	23,3	29,0	4,7	370,2	114
	Пюре картофельное	110	130	2,72	2,13	34,88	199,32	№205
	Салат из соленых помидоров с луком	30	50	1,4	3,6	5,6	59	№83
	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(3)
	Хлеб ржаной	40	50	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
Итого за обед:		**580**	**640**	**35,28**	**47,32**	**93,25**	**965,67**	
Полдник	Пряник	50	50	0,90	0	18,18	76,00	№399(1)
	Йогурт	150	180	2,37	0,30	14,49	64,08	№2
Итого за полдник:		**200**	**230**	**10**	**15,7**	**36,1**	**241**	
Ужин	Каша молочная пшенная	150	180	3,82	6,88	25,24	185,98	№66
	Хлеб ржаной	40	50	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
	Чай с сахаром и лимоном	150	180	0,16	0	6,16	25,58	№393
Итого за ужин:		**400**	**410**	**4,58**	**7,03**	**40,75**	**255,06**	
Итого за день:		**1560**	**1725**	**64,4**	**81,57**	**240,24**	**1893,45**	