

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 71 г.Шахты

*Мар*

Маркова Р.Т.

2025г.

Утверждено:

Руководитель (ИИ)

Чернов К.А.



### Ежедневное меню

для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10-ти часовым пребыванием  
возрастной группы 1-3 года

Наименование	Выход,г р	Белки,г р	Жиры,г р	Углевод ы,гр	Калл	Витам.
--------------	--------------	--------------	-------------	-----------------	------	--------

#### ДЕНЬ 2

#### Завтрак

Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,2	4,74	14,82	84,6	0
Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41	2,83
Бутерброд с маслом	35	2,42	3,13	9,802	119	0
Всего за завтрак	365	6,74	7,89	34,822	244,6	2,83

#### 2 Завтрак

Свежие фрукты	100	0,4	0,4	9,8	44	10
---------------	-----	-----	-----	-----	----	----

#### Обед

Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне	155	1,5	5,12	8,16	84,6	5,88
Котлеты рубленые из птицы	50	10,1	12,45	6,4	177	0,5
Рис припущенный	110	2,64	6,6	26,18	146,63	0
Соус сметанный с томатом	20	0,38	0,75	1,56	16,83	0,01
Икра свекольная	30	0,7	1,99	3,94	36,65	2,85
Компот из смеси сухофруктов с витам.С	150	0,5	0,07	24	99,6	0,55
Хлеб пшеничный	20	1,2	0,33	4,9	30,94	0
Хлеб ржаной	20	1,27	0,2	8,2	39,2	0
Всего за обед	555	18,29	27,51	83,34	631,45	9,79

#### Полдник

Ватрушка с творогом	75	9,54	7,7	31,83	235,74	0,3
Кисломолочный продукт	150	2,8	2,5	3,9	50	0,19
Всего за полдник	225	12,34	10,2	35,73	285,74	0,49
Итого за второй день	1245	37,77	46	163,692	1205,79	23,11

