

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 71 г.Шахты

Мар Маркова Р.Т.

2025г.



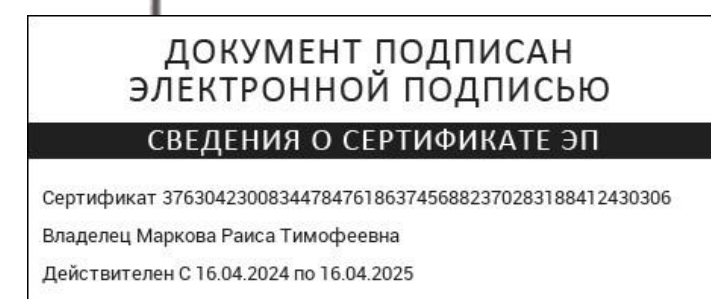
Ежедневное меню

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 3

Завтрак



Молочная каша молочная из гречневой крупы	150	6,6	6,84	26,49	195,6	0,42
Какао с молоком	160	3,26	2,83	14,06	95,11	0,72
Бутерброд с повидлом	45	2,5	3,94	28,9	127,6	0,48
Всего за завтрак	355	12,36	13,61	69,45	418,31	1,62

2 Завтрак

Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,4	40
---------------	-----	-----	---	------	------	----

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	150	2,03	1,95	14,18	83,25	4,95
Голубцы с мясом(ленивые)	150	16,4	22,32	13,7	330,2	0
Морковь припущенная	30	0,42	1,077	0,42	19,8	0,69
Кисель из свежих плодов (яблок) с вит.С	150	0,05	0,03	17,28	83,7	1,35
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	520	21,37	25,907	58,68	587,09	6,99

Полдник

Ватрушка с повидлом	75	5	4,74	44,25	239,43	0,15
Чай с молоком	150	2,22	2,17	11,93	60,75	0
Всего за полдник	225	7,22	6,91	56,18	300,18	0,15
Итого за третий день	1200,00	41,45	46,43	194,41	1347,98	48,76