

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 71 г.Шахты

" " \_\_\_\_\_ Маркова Р.Т.

2025г.

Утверждаю:

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.
<b>ДЕНЬ 5</b>						
<b>Завтрак</b>						
Каша жидкая молочная пшенная	150	4,22	4,99	12,9	203,6	0,42
Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,35	90,54	0,17
Бутерброд с маслом	35	2,42	3,13	9,802	119	0
Всего за завтрак	365	9,48	10,53	37,052	413,14	0,59
<b>2 Завтрак</b>						
Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,4	40
<b>Обед</b>						
Морковь припущенная	30	0,42	1,077	0,42	19,8	0,69
Суп картофельный с крупой на курином бульоне	150	1,5	1,8	10,98	67,8	5,88
Фрикадельки куриные	50	7,45	5,7	6,45	107,5	3,37
Рагу из овощей	110	1,73	6,93	9	105,53	8,2
Соус сметанный	20	0,41	1,05	1,42	16,76	0,07
Компот из смеси сухофруктов с вит.С	150	0,5	0,07	24	99,6	0,55
Хлеб пшеничный	25	1,5	0,41	6,12	38,67	
Хлеб ржаной	25	1,59	0,25	10,25	49	0
Всего за обед	560	15,1	17,287	68,64	504,66	18,76
<b>Полдник</b>						
Сырники с молоком сгущенным 100/20	120	20,82	16,58	28,31	349,67	0,39
Молоко кипяченое	150	4,57	8,63	7,55	85	2,47
Всего за полдник	270	25,39	25,21	35,86	434,67	2,86
<b>Итого за пятый день</b>	<b>1295</b>	<b>50,47</b>	<b>53,027</b>	<b>151,652</b>	<b>1394,87</b>	<b>62,21</b>

