

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 71 г.Шахты

Маркова Р.Т.

2025г.

Утверждено:

Руководитель (ИИ)

Чернов К.А.

Александрович

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 9

Завтрак

Каша жидкая молочная овсяная	150	5,94	10,58	19,02	235,12	0,42
Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41	2,83
Бутерброд с повидлом 30/15	45	2,5	3,94	28,9	127,6	0,48
Всего за завтрак	375	8,56	14,54	58,12	403,72	3,73

2 Завтрак

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

Обед

Суп картофельный на курином бульоне	150	1,55	1,9	12,25	72,7	6,33
Плов из птицы	150	12,6	22,5	15,45	313,5	0,45
Салат из капусты с морковью	30	0,51	0,03	1,83	12,5	1,05
Кисель из свежих плодов(яблок) с витамином "С"	150	0,05	0,03	17,28	83,7	1,35
Хлеб пшеничный	25	1,5	0,41	6,12	38,67	0
Хлеб ржаной	25	1,59	0,25	10,25	49	0
Всего за обед	530	17,8	25,12	63,18	570,07	9,18

Полдник

Кондитерское изделие	30	2,43	1,96	21,2	72,9	0,03
Чай с молоком	180	2,66	2,6	14,31	60,75	0
Всего за полдник	210	5,09	4,56	35,51	133,65	0,03
Итого за девятый день	1215	31,95	44,22	166,91	1149,84	52,94

