

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 71 г.Шахты

Маркова Р.Т.

2025г.

Утверждаю:

Руководитель (ИИ)

Черцов 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 10

Завтрак

Каша жидкая молочная из гречневой крупы	150	6,6	6,84	26,49	195,6	0,42
Чай с сахаром	180	0,06	0,01	13,5	54	0,3
Бутерброд с маслом 30/10	40	2,42	3,13	9,802	119	0
Всего за завтрак	370	9,08	9,98	49,792	368,6	0,72

2 Завтрак

Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	10
---------------	-----	-----	-----	-----	----	----

Обед

Суп крестьянский на курином бульоне	150	1,21	3,05	7,18	64,35	4,95
Жаркое по-домашнему из мяса птицы	160	10,5	10,1	14,24	196,05	0,54
Свекла отварная	30	0,43	1,82	2,5	28,17	2,85
Компот из свежих плодов с вит.С	150	0,12	0,12	20,91	85,95	0,675
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	530	14,73	15,62	57,93	444,66	9,015

Полдник

Булочка Российская	60	4,22	4,81	29,22	177	0
Какао с молоком	150	3,06	2,66	13,18	89,16	0,72
Всего за полдник	210	7,28	7,47	42,4	266,16	0,72
Итого за десятый день	1210	31,49	33,47	159,922	1123,42	20,455

