

Согласовано: 
 Заведующий МБДОУ №3 г.Шахты
 Блохина Е.М.



Утверждаю: 
 Руководитель (ИП)
 Чернов К.А.



14.11.2025 г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10-ти часовым пребыванием
 возрастной группы 1,5-3 года
 осенний-зимний период

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
ДЕНЬ 5					
Завтрак					
Каша жидкая молочная пшеничная	150	2,85	0,2	17,37	83,6
Кофейный напиток с молоком	180	3,48	2,64	10,2	77,4
Бутерброд с маслом	35	2,07	6,56	13,03	119
Всего за завтрак	365	8,4	9,4	40,6	280
2 Завтрак					
Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00
Обед					
Морковь припущенная	30	0,46	0,74	2,86	19,86
Суп картофельный с крупой на курином бульоне	150	4,32	2,243	30,032	155,67
Фрикадельки куриные	50	6,24	9,31	3,68	123,64
Рагу из овощей	110	2,01	5,4	9,99	97,8
Компот из смеси сухофруктов с витам.С	150	0,38	0	14,858	60,75
Хлеб пшеничный	25	0,30	0,04	1,81	8,01
Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50
Всего за обед	540	15,36	18,03	71,58	509,23
Полдник					
Сырники с молоком сгущенным	130	3,55	5,55	23,3	153,75
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,2	80,25
Всего за полдник	280	7,9	9,3	30,5	234
Итого за пятый день	1285	32,16	36,83	152,78	1069,23