

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



Утверждаю:
 Руководитель (ИП)
 Чернов К.А.



18.12.2025 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 9					
Завтрак					
Каша молочная овсяная жидкая	150	3,29	6,2	23,14	125,83
Чай с сахаром и лимоном	180	0,24	0	6	25,08
Бутерброд с повидлом	45	1,96	3,17	22,77	127,64
Всего за завтрак	375	5,49	9,37	51,91	278,55
2 Завтрак					
Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00
Обед					
Суп картофельный на курином бульоне	150	1,41	1,69	10,12	68,4
Салат из капусты с морковью	30	0,5	3,05	2,9	40,75
Плов из птицы	150	10,76	11,283	29,04	239,94
Кисель из свежих плодов (яблок) с вит.С	150	0,08	0,09	18,83	89,4
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	530	14,7	16,45	71,05	490
Полдник					
Кондитерское изделие (печенье)	30	9,37	8,37	11,39	189,61
Чай с молоком	180	1,44	0,96	7,80	45,84
Всего за полдник	210	10,81	9,33	19,19	235,45
Итого за девятый день	1215	31,50	35,25	152,25	1050,00