


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



Утверждаю: 
 Руководитель (ИП)
 Чернов К.А.



23.12.2025 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 2					
Завтрак					
Суп молочный с макаронными изделиями	150	6,09	2,84	21,57	135,92
Чай с сахаром и лимоном	180	0,24	0	6	25,08
Бутерброд с маслом	35	2,07	6,56	13,03	119
Всего за завтрак	365	8,4	9,4	40,6	280
2 Завтрак					
Свежие фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед					
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне	155	3,64	3,8	7,84	85,52
Котлеты рубленые из птицы	50	5,8	3,64	10,632	120,19
Рис припущенный	110	2,64	6,6	26,18	146,63
Икра свекольная	30	0,68	2,14	3,41	35,7
Компот из смеси сухофруктов с витам.С	150	0,38	0	14,858	60,75
Хлеб пшеничный	20	0,24	0,03	1,45	6,41
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80
Всего за обед	535	14,7	16,45	71,05	490
Полдник					
Ватрушка с творогом	75	3,65	5,25	24,8	158
Кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6,00	75,00
Всего за полдник	225	8	9	30,8	233
Итого за второй день	1225	31,50	35,25	152,25	1050,00