

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

Утверждаю: 
 Руководитель (ИП)
 Чернов К.А.

29.12.2025 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 6					
Завтрак					
Макаронные изделия отварные с маслом и сахаром	130	6,2	6,23	11,95	128,24
Чай с сахаром	180	0,24	0,00	5,88	24,12
Бутерброд с повидлом	45	1,96	3,17	22,77	127,64
Всего за завтрак	355	8,4	9,4	40,6	280
2 Завтрак					
Свежие фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед					
Суп с картофельный с клецками на курином бульоне	150	3,46	2,46	8,55	71,15
Мясо духовое	160	8,71	10,513	30,61	237,19
Салат из капусты с морковью	30	0,5	3,05	2,9	40,75
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	540	14,7	16,45	71,05	490
Полдник					
Булочка Российская	60	6,8	8,92	24,3	194,8
Чай с молоком	150	1,2	0,08	6,5	38,2
Всего за полдник	210	8	9	30,8	233
Итого за шестой день	1205	31,50	35,25	152,25	1050,00