

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



Утверждаю:  
 Руководитель (ИП)  
 Чернов К.А.



06.11.2025 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	
<b>ДЕНЬ 9</b>					
<b>Завтрак</b>					
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
<b>2 Завтрак</b>					
Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00
<b>Обед</b>					
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
<b>Полдник</b>					
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