

18 мая 2026, понедельник
 Меню 3-8 лет

САД
 «Утверждаю»
 Заведующий МБДОУ Дс № 1 Э.А. Садыхова



1-ый день

№ реп.	Наименование блюд и продукты	Выход/ гр/	Б/гр/	Ж/гр/	У/гр/	ККАЛ	Витамины С
	1	2	3	4	5	6	7
1-ый завтрак							
511	<u>Рис отварной</u> <u>рассыпчатый с маслом</u>	95/5	8,1	9,1	20,7	165,77	
	<u>Икра кабачковая консерв.</u>	1/20	2,72	2,44	2,43	29,4	
648	<u>Кисель концентр.</u>	1/180	0	0	38,16	145,8	
2 – ой завтрак							
707	<u>Сок</u>	1/100	0,5	0	12,36	38	
ОБЕД							
132	<u>Суп перловый на</u> <u>курином бульоне</u>	244/5	11,31	6,79	15,34	242,77	
455	<u>Котлеты рубленые с</u> <u>куриным филе</u>	1/70	9,92	11,4	17,4	203,0	
516	<u>Макароны отварные</u>	100/6	7,84	3,84	15,04	180,53	
639	<u>Компот из сухофруктов</u> <u>витаминизированный</u>	1/200	0,6	0	18,86	121,5	0,50
	<u>Хлеб белый</u>	58	4,6	1,32	5,3	97,6	
	<u>Хлеб пеклеванный</u>	30	2,37	0,3	36,2	46,2	
Полдник							
233	<u>Сырники с морковью в</u> <u>сметанном соусе</u>	100/30	12,27	11,7	18,2	199,9	
692	<u>Кофейный напиток</u>	1/200	2,5	3,6	23,8	165,3	
	<u>Батон нарезной</u>	22	1,47	0,23	1,36	48,7	
	<u>Фрукты свежие</u>	1/100	0,38	0	10,41	42,75	
Ужин							
697	<u>Молоко</u>	1/110	7,9	6,8	11,9	153,0	
	<u>сухарики из дарницкого</u> <u>хлеба</u>	20	1,32	0,46	3,1	49,4	
Итого							
			7,74	51,04	283,0	1789,95	0,50
Норма			42,0	47,0	203,0	1400	0,50