

20 мая 2026, среда
Меню 1-3 года (ясли)

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ Дс № 1 **А. А. Садыхова**



3-ий день

№ реп.	Наименование блюд и продукты	Выход/ блюда	Б/гр/	Ж/гр/	У/гр/	ККАЛ	Витамин С
	1	2	3	4	5	6	7
1-ый завтрак							
160	<u>Суп молочный вермишелевый</u>	1/180	7,4	6,45	22,9	262,0	
685	<u>Какао с молоком</u>	1/180	4,9	5,0	32,5	290,0	
1	<u>Бутерброд с сыром</u>	20/10	5,2	7,5	7,3	122,0	
2 – ой завтрак							
707	<u>Сок</u>	1/95	0,5	0	12,36	38,0	
ОБЕД							
124	<u>Щи на кур/бульоне</u>	1/200	11,65	8,0	19,5	172,32	
66	<u>Манные оладьи с филе/кур</u>	76	11,38	6,08	15,18	153,32	
639	<u>Компот из с/ф витамин</u>	1/180	0,54	0	20,86	121,5	
	<u>Хлеб пшени</u>	20	1,32	0,64	2,1	45,4	
	<u>Хлеб ржан</u>	20	1,66	0,24	1,84	36,2	
Полдник							
374	<u>Биточек рыбный(минтай)</u>	68	10,36	4,88	11,3	169,8	
536	<u>Свекла отварная порционная</u>	90	1,87	2,1	3,73	38,6	
	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,32	0,46	2,1	45,4	
685	<u>Чай с сахаром</u>	1/180	0,2	0	9,4	58,0	
	<u>Фрукты свежие</u>	1/95	0,38	0	9,34	42,75	
Ужин							
697	<u>Молоко</u>	1/100	2,8	3,2	4,7	58	
	<u>Сухарики с ржан/хлеба</u>	20	1,32	0,46	2,1	45,9	
Итого							
	Норма		66,57	46,73	180,07	1 773,89	
			42	47	203	1 400	