

09 июля 2026, четверг  
Меню 1-3 года (ясли)



УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ Дс № 1  
Э.А. Садыхова.

9-й день.

| №<br>реп.           | Наименование<br>и<br>продукты           | Выход<br>блюда | Б/гр         | Жиры/гр      | У/гр          | Ккал        | Витами<br>ны |
|---------------------|-----------------------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|
| 1                   | 2                                       | 3              | 4            | 5            | 6             | 7           | 8            |
| <b>1-ый завтрак</b> |                                         |                |              |              |               |             |              |
| 311                 | Каша гречневая<br>молочная жидкая       | 1/180          | 9,0          | 7,74         | 30,0          | 172         |              |
| 685                 | Чай с сахаром                           | 1/180          | 0,2          | 0            | 9,4           | 58,0        |              |
| 3                   | Бутерброд с<br>сыром                    | 20/10          | 5,2          | 7,5          | 7,3           | 122,0       |              |
| <b>2-ой завтрак</b> |                                         |                |              |              |               |             |              |
| 707                 | Сок                                     | 1/100          | 0,5          | 0            | 12,36         | 38,0        |              |
| <b>Обед</b>         |                                         |                |              |              |               |             |              |
| 98                  | Суп с клецками<br>на курином<br>бульоне | 1/150          | 5,05         | 4,86         | 17,14         | 132         |              |
| 489                 | Рагу из птицы                           | 100/40         | 8,6          | 12,79        | 14,95         | 162,5       |              |
| 639                 | Компот из<br>сухофруктов                | 1/180          | 0,54         | 0            | 20,86         | 121,5       |              |
|                     | Хлеб пшеничный                          | 20             | 1,32         | 0,46         | 2,1           | 45,4        |              |
|                     | Хлеб ржаной                             | 20             | 1,66         | 0,24         | 1,84          | 36,2        |              |
| <b>Полдник</b>      |                                         |                |              |              |               |             |              |
| 726                 | Суп молочный<br>вермишелевый            | 1/180          | 9,5          | 4,4          | 7,6           | 101,55      |              |
|                     | Булочка сдобная                         | 1/50           | 2,5          | 3,6          | 14,6          | 152         |              |
| 692                 | Кофейный<br>напиток                     | 1/180          | 2,5          | 3,6          | 14,65         | 201,8       |              |
|                     | Фрукты свежие                           | 1/100          | 0,38         | 0            | 9,34          | 42,75       |              |
|                     | Хлеб пшеничный                          | 20             | 1,32         | 0,46         | 2,1           | 45,4        |              |
| <b>Ужин</b>         |                                         |                |              |              |               |             |              |
| 697                 | Молоко                                  | 1/150          | 4,2          | 3,84         | 7,5           | 87,0        |              |
|                     | Сухарики из<br>ржаного хлеба            | 20             | 1,66         | 0,24         | 1,84          | 36,2        |              |
|                     | <b>Итого</b>                            |                | <b>46,41</b> | <b>50,63</b> | <b>169,51</b> | <b>1365</b> |              |
|                     | <b>Норма</b>                            |                | <b>60</b>    | <b>60</b>    | <b>261</b>    | <b>1800</b> |              |
|                     |                                         |                |              |              |               |             |              |