

21 июля 2026, вторник
Меню 1-3 года (ясли)

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ Дс № 1 **Э.А. Садыкс**

7-ой день



№ реп.	Наименование блюд и продукты	Выход/ блюда	Б/гр/	Ж/гр/	У/гр/	ККАЛ
	1	2	3	4	5	6
	1-ый завтрак					
366	Творожная запеканка со сметанным соусом	30/90	11,29	10,25	13,64	199,4
685	Чай с молоком	1/180	1,6	1,6	17,3	187
	2 – ой завтрак					
707	Сок	1/95	0,5	0	12,36	38,0
	ОБЕД					
125	Щи со свежей капустой на мясокостном бульоне	1/200	5,0	6,3	8,5	173,0
437	Гуляш из мяса говядины	60	7,9	10,37	0	192,8
508	Пшено отварное	70	6,22	8,43	61,0	137,05
639	Компот из сухофруктов витаминизированный	1180	0,54	0	20,86	121,5
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,46	2,1	45,4
	Хлеб ржаной	40	3,32	0,48	3,68	72,4
	Полдник					
302	Кашиа молочная геркулесовая	1/180	7,8	8,44	11,54	167,0
684	Чай с сахаром	1/180	0,2	0	9,4	58,0
	Булочка «Дорожная»	150	2,15	5,4	27,45	134
	Фрукты свежие	1/95	0,38	0	9,34	42,75
	Ужин					
697	Молоко	1/100	4,2	4,8	7,06	87,0
	Сухарики из пшеничного хлеба	20	1,32	0,24	6,84	36,2
итого			59,54	65,0	269,0	1857,1
норма			42	47	203	1400