

22 июля 2026, среда
Меню 1-3 года (ясли)

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



8-ой день

№ реп.	Наименование блюд и продукты	Выход/ блюда	Б/гр/	Ж/гр/	У/гр/	КАЛ	Витам С
	1	2	3	4	5	6	7
1-ый завтрак							
311	Каша молочная манная жидкая	1/180	9,0	7,74	30,0	172,0	
692	Кофейный напиток с молоком	1/180	7,94	3,6	28,7	201,8	
1	Бутерброд с сыром	20/10	5,2	7,5	7,3	122,0	
2 – ой завтрак							
707	Сок	1/100	0,5	0	12,36	38,0	
ОБЕД							
114	Борщ на кур/ бульоне	1/200	6,0	3,2	23,13,2	106,0	
436	Жаркое по домашнему с мясом курицы	1/140	8,24	5,6	24,06	111,3	
639	Компот из сухофруктов витаминизированный	1/180	0,54	0	20,86	121,5	
	Хлеб белый	20	1,32	0,46	2,1	45,4	
	Хлеб пеклеванный	20	1,66	0,24	1,84	36,2	
Полдник							
388	Котлета рыбная	70	9,5	4,4	7,6	101,55	
524	Овощи тушеные	80	8,08	5,6	8,2	126,0	
	Чай с сахаром	1/180	0,2	10,0	15,0	58,0	
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,46	2,1	45,4	
	Фрукты свежие	1/95	0,38	0	9,34	42,75	
	Кондитерские	25	2,08	1,82	17,02	27,0	
Ужин							
697	Молоко	1/100	2,6	4,16	4,7	58,0	
	Сухарики из ржаного хлеба	20	1,2	0,24	1,78	33,6	
итого			60	43,2	189,16	1365	
норма			42	47	203	1400	