

29 июля 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	Суп молочный вермишелевый	1/180	7,4	6,45	22,9	262,0	
685	Какао с молоком	1/180	4,9	5,0	32,5	290,0	
1	Бутерброд с сыром	20/10	5,2	7,5	7,3	122,0	
	2 – ой завтрак						
707	Сок	1/95	0,5	0	12,36	38,0	
	ОБЕД						
124	Щи на кур/бульоне	1/200	11,65	8,0	19,5	172,32	
66	Манные оладьи с филе кур	76	11,38	6,08	15,18	153,32	
639	Компот из с/ф витамин	1/180	0,54	0	20,86	121,5	
	Хлеб пшени	20	1,32	0,64	2,1	45,4	
	Хлеб ржан	20	1,66	0,24	1,84	36,2	
	Полдник						
374	Биточек рыбный(минтай)	68	10,36	4,88	11,3	169,8	
536	Свекла отварная порционная	90	1,87	2,1	3,73	38,6	
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,46	2,1	45,4	
685	Чай с сахаром	1/180	0,2	0	9,4	58,0	
	Фрукты свежие	1/95	0,38	0	9,34	42,75	
	Ужин						
697	Молоко	1/100	2,8	3,2	4,7	58	
	Сухарики с ржан/хлеба	20	1,32	0,46	2,1	45,9	
	Итого		66,57	46,73	180,07	1 773,89	
	Норма		42	47	203	1 400	