

14 августа 2026, пятница
Меню 1-3 года (ясли)

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

5-ый день

№ реп.	Наименование блюд и продукты	Выход/ блюда	Б/гр/	Ж/гр/	У/гр/	ККАЛ	Вит.
	1	2	3	4	5	6	
	1-ый завтрак						
302	Каша геркулесовая молочная вязкая	1/180	5,04	8,2	23,76	167,26	
684	Чай с сахаром	1/180	2,5	3,6	14,65	152,0	
	Бутерброд с сыром	20/10	1,04	0,91	8,53	13,5	
	2 – ой завтрак						
707	Сок	1/100	0,5	0	12,36	38,0	
	ОБЕД						
139	Суп гороховый на кур/ бульоне	1/200	6,2,2	5,6,6	22,3,3	153,5	
431	Печень по строгановски	70	10,64	12,79	25,7	256,85	
297	Перловка отварное	70	5,5	1,4	5,2	146	
536	Свекла отварная	30	1,7	0	10,8	48,0	
639	Компот из сухофруктов витаминизированный	1/180	0,54	0	20,86	111,6	0,5
	Хлеб пшени	20	1,32	0,46	2,1	45,4	
	Хлеб ржан	20	1,62	0,24	1,84	36,2	
	Полдник						
714	Ватрушка с повидлом	50/20	7,28	3,36	9,19	113,0	
684	Чай с сахаром	1/180	0,2	0	9,4	58,0	
	Фрукты свежие	1/95	0,38	0	9,34	42,75	
311	Каша.молочная пшеничная	1/180/5	5,04	5,8	23,76	107,0	
	Ужин						
697	Молоко	1/120	3,36	3,84	5,64	69,6	
	Сухарики из белого хлеба	20	1,32	0,46	2,1	45,4	
	Сухарики из рж хлеба	20	1,66	0,24	1,84	36,2	
итого			48	49	171,71	1365	
норма			42	47	203	1400	