

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

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ Дс № 1



10-ый день

№ реп.	Наименование блюд и продукты	Выход/ блюда	Б/гр/	Ж/гр/	Уг/г/	ККАЛ	Витам С
	1	2	3	4	5	6	7
	1-ый завтрак						
311	Каша пшеничная молочная жидкая	1/180	4,2	8,4	36,5	232,0	
693	Какао	1/180	6,9	5,0	32,5	239,8	
	Батон нарезной	20	1,33	0,13	9,47	45,6	
	2 – ой завтрак						
707	Сок	1/100	0,5	0	10,2	38,0	
	ОБЕД						
139	Суп с гороховый на кур/ бульоне	1/200	8,2	10,6	41,7	205,0	
468	Оладьи из печени	1/770	9,6	14,56	33,51	224,0	
536	Свекла тушеная	1/100	7,33	12,74	25,9	168,0	
639	Компот из сухофруктов	1/180	0,54	0	20,86	121,5	0,50
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,46	2,1	45,2	
	Хлеб ржаной	20	1,66	0,24	1,84	36,7	
	Полдник						
340	Омлет натуральный	1/95	10,54	16,7	31,9	198,25	
685	Чай с сахаром	1/180	0,2	0	15	58	
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,46	2,1	45,2	
797	Кондитерские	25	1,04	0,91	14,43	78,75	
	Фрукты свежие	1/95	0,38	0	9,34	42,75	
	Ужин						
	Молоко	1/140	4,2	4,8	7,05	87	
	Сухарики из ржаного хлеба	20	1,66	0,24	1,84	36,7	
итого			55,2	60	273	1 782	0,50
норма			42	47	203	1 400	0,50