

**31 августа 2026, понедельник**  
**Меню 1-3 года (ясли)**

«Утверждаю»  
 Заведующий МБДОУ Дс № 1 **С.А. Садыхова**



**6-ой день**

| №<br>реп. | Наименование<br>блюда<br>и продукты            | Выход/<br>блюда | Б/гр/    | Ж/гр/    | У/гр/    | ККАЛ     | Витам<br>С |
|-----------|------------------------------------------------|-----------------|----------|----------|----------|----------|------------|
|           | <b>1</b>                                       | <b>2</b>        | <b>3</b> | <b>4</b> | <b>5</b> | <b>6</b> | <b>7</b>   |
|           | <b>1-ый завтрак</b>                            |                 |          |          |          |          |            |
| 516       | Макароны отварные<br>с маслом                  | 5/85            | 2,14     | 3,84     | 15,04    | 105,05   |            |
| 337       | Яйцо отварное                                  | шт              | 5,03     | 3,6      | 1,9      | 63,0     |            |
|           | Икра кабачковая                                | 20              | 2,28     | 2,44     | 1,38     | 29,4     |            |
| 684       | Чай с сахаром                                  | 1/180           | 0,2      | 0        | 9,4      | 58,0     |            |
|           | <b>2 – ой завтрак</b>                          |                 |          |          |          |          |            |
| 707       | Сок                                            | 1/100           | 0,5      | 0        | 12,36    | 38,0     |            |
|           | <b>ОБЕД</b>                                    |                 |          |          |          |          |            |
| 134       | Суп с крупой(пшено)<br>на кур/бульоне          | 1/200           | 7,61     | 9,65     | 24,58    | 227,65   |            |
| 534       | Биточки из филе<br>куриного                    | 58/100          | 10,53    | 4,95     | 24,9     | 225,34   |            |
|           | Капуста тушеная                                |                 |          |          |          |          |            |
| 639       | Компот из<br>сухофруктов<br>витаминизированный | 1180            | 0,54     | 0        | 20,86    | 121,5    |            |
|           | Хлеб белый                                     | 20              | 1,32     | 0,46     | 2,1      | 45,4     |            |
|           | Хлеб пеклеванный                               | 40              | 3,3,2    | 0,48     | 3,68     | 72,4     |            |
|           | <b>Полдник</b>                                 |                 |          |          |          |          |            |
| 358       | Палочки творожные<br>в сметанном соусе         | 30/90           | 11,5     | 13,42    | 33,63    | 270,16   |            |
| 685       | Чай с молоком и<br>сахаром                     | 1/180           | 1,6      | 1,6      | 17,3     | 87,0     |            |
|           | Батон нарезной                                 | 20              | 1,33     | 0,13     | 9,47     | 45,0     |            |
|           | Фрукты свежие                                  | 195             | 0,38     | 0        | 9,34     | 45,6     |            |
|           | <b>Ужин</b>                                    |                 |          |          |          |          |            |
| 697       | Молоко                                         | 1/200           | 5,2      | 6,4      | 9,4      | 116,0    |            |
|           | Сухарики из<br>пшеничного хлеба                | 20              | 1,32     | 0,46     | 2,1      | 45,4     |            |
| итого     |                                                |                 | 58       | 60       | 197      | 1559     |            |
| норма     |                                                |                 | 42       | 47       | 203      | 1400     |            |