

Утверждаю ДОО «Славия»
Директор Оноприенко Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 213 (с/д)



МЕНЮ

на 07.10. 2026 г.

День 3	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак для детей от 1 до 3 лет					
Каша жидкая (манная)	150	6,1	3,4	26,8	163,0
Чай с сахаром	180/10	0,1	0	9,8	39,4
Яйца вареные	1шт	6,8	6,1	0,4	83,8
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого:	415	14,5	10,1	47,3	338,6
Завтрак II для детей от 1 до 3 лет					
Сок яблочный	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Итого:	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед для детей от 1 до 3 лет					
Огурец соленый	30	0,2	0,0	0,5	3,9
Борщ с капустой и картофелем на мяско- костном бульоне со сметаной	150/10	1,5	5,0	7,5	91,2
Запеканка картофельная с мясом или печенью (печень)	150	10,0	6,8	25,3	215,8
Чай с лимоном	150/7/3,5	0,1	0	7,0	29,0
Хлеб пеклеванный	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого:	540	14,6	12,1	58,5	426,7
Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет					
Пюре из моркови или свеклы (свекла)	40	0,6	1,4	4,0	33,4
Котлеты, биточки, шницели рубленые	50	6,3	8,5	15,1	144,96
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,1	4,4	26,3	166,1
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Лакомка	40	3,0	3,5	24,8	124,9
Итого:	450	16,4	18,1	106,2	626,36
Итого за 3 день:		46,4	40,5	229,7	1466,76

Шеф-повар: