

Заведующий
УТВЕРЖДАЮ
МБДОУ д/с № 38
«Чебурашка»

О.А. Коровай



МЕНЮ НА 16.10.2025г.

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,19	4,225	21,2	139,24	199
День 4	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,14	0,035	6,036	23,5	264
Завтрак	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	28	2,935	4,015	9,784	88,44	3
Итого за завтрак		358	8,265	8,275	36,92	251,18	
2 завтрак	ЯБЛОКО	75	0,3	0,3	7,35	35,25	386
Итого за 2 завтрак		75	0,3	0,3	7,35	35,25	
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	0,14	0,018	0,54	2,7	16
	СУП С КЛЁЦКАМИ И СО СМЕТАНОЙ	180	4,211	7,317	20,442	164,66	87
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,815	5,265	19,1	131,0	339
	ЁЖИКИ В СМЕТАНО-ТОМАТНОМ СОУСЕ	70	13,96	11,14	9,82	197,78	251
	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,45	0	15,9	66,0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,81	0,1	4,88	24,2	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,36	10,26	49,5	
Итого за обед		570	24,366	24,2	80,942	635,84	
Полдник	ОМЛЕТ	60	13,86	13,33	4,193	200,92	237
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВ.	40	0,48	2,8	2,96	38,8	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,167	0,038	6,126	23,98	269
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,215	0,15	7,32	36,3	
	КОНФЕТА ШОКОЛАДНАЯ	10	0,4	3,95	5,42	56,9	10,10,12
Итого за полдник		275	16,122	20,268	26,019	356,9	
Итого за 4 день			49,05	53,04	171,2	1279,2	