30 октября

Согласовано
Заведующий ГБДОУ № 15
Т.Т. Оборина
01.2026

Утверждаю
Генеральный директор
Ляско М.З.
02.01.2026

МЕНЮ
от 1-3 лет (12 часов)

10 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,6	0,6	14,8	70,4
КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,2	6,5	3,8	89,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,6	2,3	22,0	120,0
Итого за прием пищи:	**360**	**8,4**	**9,4**	**40,6**	**280,0**
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100	2,1	2,3	10,1	70,0
Итого за прием пищи:	**100**	**2,1**	**2,3**	**10,1**	**70,0**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,6	2,1	3,3	36,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	2,2	3,9	6,6	67,5
СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	5,2	6,1	6,0	88,4
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	120	1,3	2,8	6,1	66,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1,0	0,2	20,0	86,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,0	1,2	20,6	104,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	**640**	**14,7**	**16,5**	**71,1**	**490,0**
Уплотненный полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	6,8	10,4	9,1	131,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	11,0	88,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,2	3,3	32,3	160,2
Итого за прием пищи:	**430**	**12,6**	**14,1**	**60,9**	**420,0**
Всего за день:		**37,8**	**42,3**	**182,7**	**1 260,0**