6 ноября

Согласовано
Заведующий ГБДОУ № 15

Утверждаю
Генеральный директор
Ляско М.З.
12.01.2026

МЕНЮ
от 1-3 лет (12 часов)

5 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И	30	2,6	3,4	8,7	78,8
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	150	2,6	3,2	18,3	124,2
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77,0
Итого за прием пищи:	**360**	**8,4**	**9,4**	**40,6**	**280,0**
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	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
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,2	3,6	5,2	84,9
КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	60	4,7	7,5	8,2	96,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,3	2,3	15,6	93,4
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1,0	0,2	20,0	86,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	**620**	**14,7**	**16,5**	**71,1**	**490,0**
Уплотненный полдник					
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	0,4	2,9	2,2	37,4
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,1	4,6	0,3	63,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С	120	2,1	1,6	20,4	95,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1	0,0	4,0	16,8
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,9	5,0	34,0	207,8
Итого за прием пищи:	**400**	**12,6**	**14,1**	**60,9**	**420,0**
Всего за день:		**37,8**	**42,3**	**182,7**	**1 260,0**