

УТВЕРЖДАЮ К ПРИМЕНЕНИЮ
Приказом заведующего МБДОУ "Детский сад "Звездочка" п.Школьное"
от 28.08.2026г № 187

ПЕРСПЕКТИВНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ 1,5-3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ МБДОУ " ДЕТСКИЙ САД "ЗВЕЗДОЧКА"
С 10.5 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ ПЕРИОД)

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			Э. Ц. (ККАЛ)	№ РЕЦ.
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 1							
Завтрак	Суп молочный с крупой	150	3,6	3,8	2,63	99,2	101
	Хлеб пшеничный. Масло порциями	35	2,41	3,92	14,55	103,55	1
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	416
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	9,16	10,44	30,14	291,75	
Второй завтрак	Соки овощные,фруктовые и ягодные	120	0,9		18,18	77,4	418
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,9	0	18,18	77,4	
Обед	Салат из кукурузы консервированной	30	0,86	1,85	2,40	30,00	12
	Борщ с картофелем	180	2	4,3	4,4	85,9	64
	Котлета рыбная любительская	80	9,03	3,04	5,66	87,00	272
	Соус томатный с овощами	30	0,04	1,76	2,39	25,30	367
	Картофельное пюре (гарнир)	120	2,45	3,84	16,36	119	339
	Компот из свежих фруктов или ягод	150	0,16	0,16	11,9	51	390
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,34	9,8	50,7	700,01
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		620	16,49	15,29	52,91	448,90	
Уплотненный	Салат моркови и яблок	60	0,52	3,13	4,71	49,04	41
	Запеканка из творога с повидлом или сгущенным молоком	85	13,16	9,04	12,86	185	251
	Чай с сахаром с лимоном	158	0,01	0,01	7,1	29	412
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		303	13,69	12,18	24,67	263,04	
Итого за первый день		1378,00	40,24	37,91	125,90	1081,09	