

# Ежедневное меню

Возрастная категория от

1,5 г до 3 лет, с 3 до 7 лет

14.05.2025

Утверждаю:  
Заведующий  
МКДОУ ДС №28  
«Ручей» с. Шангала  
Е.Г. Ефимова

| Прием пищи         | Наименование блюда          | Вес блюда |      | Энергетическая ценность |         |
|--------------------|-----------------------------|-----------|------|-------------------------|---------|
| Неделя 2<br>День 3 |                             | 1,5-3     | 3-7  | 1,5-3                   | 3-7     |
| Завтрак            | Яйца вареные                | 40        | 40   | 63                      | 63      |
|                    | Капуста тушеная             | 120       | 150  | 90,12                   | 112,65  |
|                    | Бутерброд с маслом          | 40        | 40   | 144                     | 144     |
|                    | Чай с сахаром               | 150       | 180  | 31,57                   | 37,89   |
| Итого за завтрак   |                             | 350       | 410  | 328,69                  | 357,54  |
| Обед               | Суп картофельный с клецками | 150       | 200  | 52,35                   | 69,8    |
|                    | Рагу из птицы               | 120       | 150  | 324,4                   | 396,5   |
|                    | Хлеб пшеничный              | 20        | 40   | 47,3                    | 118     |
|                    | Хлеб ржано-пшеничный        | 20        | 40   | 34,6                    | 87      |
|                    | Компот из сухофруктов       | 150       | 180  | 93                      | 111,6   |
| Итого за обед      |                             | 460       | 610  | 551,65                  | 782,9   |
| Полдник            | Кондитерское изделие        | 50        | 70   | 126,9                   | 177,7   |
|                    | Сок фруктовый               | 150       | 180  | 64                      | 76      |
| Итого за полдник   |                             | 200       | 250  | 190,9                   | 253,7   |
| Итого              |                             | 1010      | 1270 | 1071,24                 | 1394,14 |

|                  |                             |      |      |         |         |
|------------------|-----------------------------|------|------|---------|---------|
| Обед             | Суп картофельный с клецками | 150  | 200  | 52,35   | 69,8    |
|                  | Рагу из птицы               | 120  | 150  | 324,4   | 396,5   |
|                  | Хлеб пшеничный              | 20   | 40   | 47,3    | 118     |
|                  | Хлеб ржано-пшеничный        | 20   | 40   | 34,6    | 87      |
|                  | Компот из сухофруктов       | 150  | 180  | 93      | 111,6   |
| Итого за обед    |                             | 460  | 610  | 551,65  | 782,9   |
| Полдник          | Кондитерское изделие        | 50   | 70   | 126,9   | 177,7   |
|                  | Сок фруктовый               | 150  | 180  | 64      | 76      |
| Итого за полдник |                             | 200  | 250  | 190,9   | 253,7   |
| Итого            |                             | 1010 | 1270 | 1071,24 | 1394,14 |