

Ежедневное меню
Возрастная категория от

1,5 г до 3 лет, с 3 до 7 лет

Утверждаю:

Заведующий

МКДОУ ДС №28

«Ручеек» с. Шангала

Е.Г. Ефимова

21.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Неделя 1 День 3		1,5-3	3-7	1,5-3	3-7
Завтрак	Яйца вареные	40	40	63	63
	Икра свекольная	120	150	83,52	104,4
	Бутерброд с маслом	25	40	97,2	144
	Чай с лимоном	150	180	31,57	37,89
Итого за завтрак		335	410	275,29	349,29
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	72	96
	Плов из птицы	120	150	375,5	459
	Огурцы свежие	20	60	2,8	8,4
	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		480	670	625,2	880
Полдник	Вареники ленивые со сметаной	65	110	131	225
	Кефир	150	180	75	90
Итого за полдник		215	290	206	315
Итого за 3 день		1030	1370	1106,49	1544,29