

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ детский сад №134

Н.А.Николаева

МЕНЮ /ясли 1-3 года/

26 декабря 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшенная молочная с сахаром и маслом сливочным.	150	2,2	3,7	27,2	150,9
	Кофейный напиток с молоком	150	2,9	2,4	14,4	91
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	<i>Итого</i>	345	7,8	10,1	61,64	370,9
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100,0	0,5	-	10,1	42,4
		100,0	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Борщ на кур./б.	150	3,15	3,3	13,4	96,2
	Жаркое по -домашнему	150	3,15	3,3	13,4	96,2
	Компот из яблок	150	0,1	0,1	19,9	81,3
	Хлеб ржаной	30	0,99	0,18	5,1	25,6
	<i>Итого:</i>	480	17,94	12,38	59,2	420,9
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Вафли	40	2,68	0,28	20,12	96
	<i>Итого:</i>	190	6,88	5,08	26,12	180,2
Ужин:	Вermeshель молочная	150	11,9	11,1	72,9	437,6
	Чай с сахаром	150	0,06	0,08	0,3	2,16
	<i>Итого:</i>	300	11,96	11,18	73,2	439,76