

Организация осуществляющая питание:  
И.П. Юмагулова Я.С.

Утверждаю:  
Заведующий Захарченко С.В.



**МКОУ «Чернышковский детский сад №1 «Солнышко»**

**Безмолочное меню**

Пятый день

15.08.2025

| Наименование блюда                                           | Масса порции, г. |                 | Калорийность, ккал. |                 | № рецепта |
|--------------------------------------------------------------|------------------|-----------------|---------------------|-----------------|-----------|
|                                                              | Возраст 1-3 лет  | Возраст 3-7 лет | Возраст 1-3 лет     | Возраст 3-7 лет |           |
| <b>Завтрак</b>                                               |                  |                 |                     |                 |           |
| Каша жидкая овсяная «геркулес» без молока и сливочного масла |                  | 200             |                     | 95.2            | 185       |
| Яйца вареные (1шт)                                           |                  | 40              |                     | 63.00           | 213       |
| Чай с сахаром                                                |                  | 180             |                     | 37.9            | 392       |
| Бутерброд с повидлом                                         |                  | 65              |                     | 184             | 2         |
| <b>2-ой завтрак</b>                                          |                  |                 |                     |                 |           |
| Сок фруктовый консервированный                               |                  | 188             |                     | 72              |           |
| <b>Обед</b>                                                  |                  |                 |                     |                 |           |
| Овощи по сезону                                              |                  | 60              |                     | 8.1             |           |
| Суп картофельный с клёцками без добавления сливочного масла  |                  | 200             |                     | 149.64          | 85        |
| Гуляш из отварного мяса без добавления сливочного масла      |                  | 75              |                     | 195.03          | 277       |
| Каша рисовая рассыпчатая без добавления сливочного масла     |                  | 150             |                     | 165             | 313       |
| Компот из сушеных фруктов                                    |                  | 180             |                     | 44.29           | 376       |
| Хлеб ржаной                                                  |                  | 38              |                     | 65.2            |           |
| Хлеб пшеничный формовой в/с                                  |                  | 30              |                     | 73.5            |           |
| <b>Полдник</b>                                               |                  |                 |                     |                 |           |
| Кофейный напиток на воде                                     |                  | 180             |                     | 30.32           | 395       |
| Печенье                                                      |                  | 45              |                     | 213             |           |