

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

Утверждаю:  
Заведующий Захарченко С.В.

МКДОУ «Чернышковский детский сад №1 «Солнышко»

Меню

Девятый день

04.09 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 (пшениная) с молоком и маслом | 150              | 200             | 122.5               | 163.34          | 185       |
| Чай с сахаром                             | 180              | 180             | 30.32               | 30.32           | 392       |
| Бутерброд с сыром                         | 45               | 45              | 142.5               | 142.5           | 3         |
| <b>2-ой завтрак</b>                       |                  |                 |                     |                 |           |
| Апельсин                                  | 95               | 130             | 35.91               | 45.36           | 371       |
| <b>Обед</b>                               |                  |                 |                     |                 |           |
| Овощи по сезону                           | 40               | 60              | 7.27                | 10.9            |           |
| Рассольник ленинградский                  | 180              | 200             | 108.63              | 120.7           | 76        |
| Рыба запеченная в омлете                  | 60               | 80              | 118.75              | 158.34          | 249       |
| Пюре картофельное                         | 120              | 150             | 103.29              | 129.11          | 321       |
| Кисель из повидла                         | 180              | 180             | 56.68               | 56.68           | 383       |
| Хлеб ржаной                               | 28               | 38              | 48.04               | 65.2            |           |
| Хлеб пшеничный формовой в/с               | 20               | 30              | 49                  | 73.5            |           |
| <b>Полдник</b>                            |                  |                 |                     |                 |           |
| Пудинг из творога с яблоками              | 100              | 100             | 193.34              | 193.34          | 240       |
| Кисломолочный продукт                     | 180              | 180             | 90                  | 90              | 401       |