

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

Утверждаю:
Заведующий Захарченко С.В.



МКДОУ «Чернышковский детский сад №1 «Солнышко»

Безмолочное меню

Первый день

22.09.2025

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 1-3 лет	Возраст 3-7 лет	Возраст 1-3 лет	Возраст 3-7 лет	
Завтрак					
Каша жидкая овсяная «геркулес» без молока и сливочного масла		200		95.2	185
Яйца вареные (1шт)		40		63.00	213
Чай с сахаром		180		30.32	392
2-ой завтрак					
Яблоко свежее		115		51.75	368
Обед					
Икра морковная		60		58.9	54
Суп картофельный с крупой (пишено)		200		106.74	80
Тефтели мясные		70		229.33	286
Соус томатный		30		22.3	745
Капуста тушеная		150		93.31	132
Компот из сушеных фруктов		180		44.29	376
Хлеб ржаной		38		65.2	
Хлеб пшеничный формовой в/с		30		73.5	
Полдник					
Чай с сахаром,		180		30.32	392
Бутерброд с сыром без сливочного масла		45		142.5	3