

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

Утверждаю:
Заведующий Захарченко С.В.

МКДОУ «Чернышковский детский сад №1 «Солнышко»

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 вязкая (гречневая) с молоком и маслом	150	200	187.31	249.75	168
Чай с сахаром	180	180	30.32	30.32	392
Бутерброд с маслом	40	40	139.6	139.6	1
2-ой завтрак					
Яблоко свежее	95	115	42.75	51.75	368
Обед					
Икра морковная	40	60	39.26	58.9	54
Суп картофельный с крупой (пшено)	180	200	96.06	106.74	80
Тефтели мясные	60	70	196.56	229.33	286
Соус сметанный с луком	30	30	21.17	21.17	356
Капуста тушеная	120	150	74.64	93.31	132
Компот из сушеных фруктов	180	180	44.29	44.29	376
Хлеб ржаной	28	38	48.04	65.2	
Хлеб пшеничный формовой в/с	20	30	49	73.5	
Полдник					
Какао с молоком	180	200	107.21	119.12	397
Пирожки печеные из дрожжевого теста	50	50	181.66	181.66	454