

Дата 5.09.25

10 день

Согласовано  
Заведующий МБДОУ  
Жирновским д/с «Росинка»  
С.В.Баскакова

## МЕНЮ

## Завтрак

| № | НАЗВАНИЕ                               | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                   | КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ) |                   |
|---|----------------------------------------|--------------------|-------------------|---------------------|-------------------|
|   |                                        | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ      | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ       | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ |
| 1 | Каша овсяная жидкая с маслом и сахаром | 150+5+5            | 180+5+5           | 133                 | 158               |
| 2 | Сливочное масло                        | 5                  | 5                 | 33,05               | 33,05             |
| 3 | Хлеб пшеничный                         | 20                 | 20                | 47                  | 47                |
| 4 | Кофейный напиток с молоком             | 180                | 200               | 91                  | 101               |
|   | итого                                  | 365                | 415               | 304                 | 339               |

## Второй завтрак

| № | НАЗВАНИЕ               | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                   | КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ) |                   |
|---|------------------------|--------------------|-------------------|---------------------|-------------------|
|   |                        | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ      | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ       | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ |
| 1 | Фрукты - <u>яблоко</u> | 95                 | 100               | 41,8                | 44                |

## Обед

| № | НАЗВАНИЕ                   | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                   | КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ) |                   |
|---|----------------------------|--------------------|-------------------|---------------------|-------------------|
|   |                            | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ      | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ       | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ |
| 1 | Бульон с гречками          | 150+15             | 180+20            | 67                  | 91                |
| 2 | Плов из мяса птицы         | 160                | 180               | 304                 | 342               |
| 3 | Зелёный горошек (бланш.)   | 10                 | 20                | 5,5                 | 11                |
| 4 | «свежий <u>картофель</u> » | 20                 | 20                | 2,2                 | 2,2               |
| 5 | Хлеб ржаной                | 40                 | 40                | 69,6                | 69,6              |
| 6 | Кисель плодово-ягодный     | 150                | 180               | 128                 | 139               |
|   | итого                      | 545                | 640               | 576,3               | 654,8             |

## Полдник

| № | НАЗВАНИЕ          | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                   | КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ) |                   |
|---|-------------------|--------------------|-------------------|---------------------|-------------------|
|   |                   | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ      | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ       | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ |
| 1 | Булочка «Ромашка» | 50                 | 70                | 179                 | 256               |
| 2 | Молоко            | 150                | 180               | 85                  | 102               |
|   | итого             | 200                | 250               | 264                 | 358               |
|   | всего             | 1205               | 1405              |                     |                   |

Повар Мещеряков