

Утверждено
М.А. Косолапов
печать, подпись, раскраска

Согласовано
Заведующий МБДОУ № 45
печать, подпись, раскраска

РОССИЯ РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ
ГОРОД РОСТОВ-НА-ДОНУ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
ОБЩЕСТВЕННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
№ 45

КОСОЛАПОВ
Максим
Александрович

Ежедневное меню
для организации питания детей в дошкольных образовательных
учреждениях на 25.09.2026г.
Ясли 1,5-3 года 3 день

Питание в дошкольных образовательных учреждениях

Питание в дошкольных образовательных учреждениях

Если 1,5-3 года				3 день	Наименование блюда	Масса порции (г)
Пищевая ценность						
б	ж	у	ккал			
5,32	4,06	9,90				
Завтрак						
2,18	2,02	15,36	86,56	Какао с молоком	160	
3,78	4,95	21,06	142,71	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом и сахаром)	150	
1,96	3,17	22,77	127,64	Бутерброд с джемом или повидлом (повидло)	45	
7,92	10,14	59,19	356,91	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	
Завтрак 2						
0,50	0,00	10,10	42,22	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100	
0,50	0,00	10,10	42,22	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	100	
Обед						
0,18	0,06	1,26	5,97	Овощи натуральные свежие (помидоры)	30	
3,24	3,66	8,46	86,19	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	
1,58	0,20	0,42	46,76	Хлеб пшеничный	20	
1,12	0,22	0,48	45,98	Хлеб ржано-пшеничный	20	
8,97	19,86	10,12	256,86	Голубцы с мясом свиным и рисом (ленивые)	150	
0,09	0,09	14,17	56,05	Кисель из яблок	150	
15,18	24,089	34,91	497,81	ИТОГО ЗА ОБЕД	520	
Полдник						
0,7	0,63	11,42	52,95	Чай с молоком или сливками	150	
10,84	8,97	17,14	193	Сырники из творога (с молоком сгущенным или вареньем)	70	
11,54	9,6	28,56	245,95	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	
35,14	43,83	132,76	1142,89	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1195,00	

3 день				Наименование блюда	Масса порции (г)
Пищевая ценность					
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
2,45	2,27	17,28	97,38	Какао с молоком	180
4,54	5,94	25,27	171,25	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом и сахаром)	180
1,96	3,17	22,77	127,64	Бутерброд с джемом или повидлом (повидло)	45
8,95	11,38	65,32	396,27	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	405
Завтрак 2					
0,50	0,00	10,10	42,22	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100
0,50	0,00	10,10	42,22	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	100
Обед					
0,30	0,10	2,10	9,95	Овощи натуральные свежие (помидоры)	50
3,89	4,39	10,15	103,43	Суп картофельный с макаронными изделиями	180
1,98	0,25	0,52	58,45	Хлеб пшеничный	25
1,4	0,28	0,6	57,47	Хлеб ржано-пшеничный	25
10,76	23,87	12,15	308,23	Голубцы с мясом свиным и рисом (ленивые)	180
0,11	0,11	17,01	67,27	Кисель из яблок	180
18,44	29	42,53	604,8	ИТОГО ЗА ОБЕД	640
Полдник					
0,85	0,76	13,7	63,54	Чай с молоком или сливками	180
10,84	8,97	17,14	193	Сырники из творога (с млоком сгущенным или вареньем)	70
11,69	9,73	30,84	256,54	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250
39,58	50,11	148,79	1299,83	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1395,00

Повар

Ответственный по питанию

Мед.работник

М.В. Петровская

А-