

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 127

30.09.2026

Е.А. Карпова

Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.З.

## МЕНЮ

от 1-3 лет (12 часов)

## 8 день

| Прием пищи, наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                              |              |                  |         |             |                               |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                   | 30           | 3,2              | 4,1     | 7,0         | 62,0                          |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ                             | 40           | 0,8              | 1,5     | 2,0         | 19,0                          |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                    | 130          | 3,1              | 2,6     | 11,6        | 116,8                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                           | 180          | 1,3              | 1,2     | 20,0        | 82,2                          |
| Итого за прием пищи:                                 | 380          | 8,4              | 9,4     | 40,6        | 280,0                         |
| II Завтрак                                           |              |                  |         |             |                               |
| КЕФИР С САХАРОМ                                      | 100          | 2,1              | 2,3     | 10,1        | 70,0                          |
| Итого за прием пищи:                                 | 100          | 2,1              | 2,3     | 10,1        | 70,0                          |
| Обед                                                 |              |                  |         |             |                               |
| САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ                     | 40           | 0,4              | 2,9     | 2,2         | 37,4                          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЮ ПЕТРУШКИ | 180          | 3,3              | 3,7     | 2,5         | 78,0                          |
| МЯСО ТУШЕНОЕ                                         | 60           | 5,9              | 7,4     | 4,5         | 81,0                          |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ                 | 120          | 2,1              | 1,6     | 20,4        | 95,0                          |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                                      | 180          | 0,1              | 0,1     | 22,7        | 105,4                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 20           | 1,4              | 0,2     | 8,5         | 40,8                          |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |
| Итого за прием пищи:                                 | 640          | 14,7             | 16,5    | 71,1        | 490,0                         |
| Уплотненный полдник                                  |              |                  |         |             |                               |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ( СЛАДКИМ)     | 130          | 4,2              | 8,3     | 21,6        | 174,7                         |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                     | 180          | 5,5              | 4,8     | 9,0         | 101,7                         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                        | 95           | 1,4              | 0,4     | 20,0        | 91,2                          |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |
| Итого за прием пищи:                                 | 425          | 12,6             | 14,1    | 60,9        | 420,0                         |
| Всего за день:                                       |              | 37,8             | 42,3    | 182,7       | 1 260,0                       |