

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ Тат. Каргалинский
детский сад «Гузель»
Надырова Р.Р.



Меню для детей 1,5-3 лет

на 22.07.2025г

Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак		
Суп молочный рисовый	150	108.9
Хлеб пшеничный	20	47
Какао с молоком	150	100
Сыр	8	25.8
итого	328	281.7
2 завтрак		
Банан	95	90
итого	95	90
Обед		
Нарезка из огурцов	30	5.7
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	77.7
Птица тушеная	50	96.57
Каша рассыпчатая гречневая	100	173
Компот из сухофруктов	150	84.75
Хлеб пшеничный	20	47
Хлеб ржаной	40	69.6
итого	540	554.32
Полдник		
Булочка с изюмом	50	193.12
Чай с молоком	180	89
итого	230	282.12
Ужин		
Запеканка творожная	100	255
Соус сметанный	20	20
Чай сладкий с сахаром	150	21
итого	270	296
Итого за день	1463	1504.14