

# Меню на 01.10.2025

УТВЕРЖАЮ:  
Заведующий  
МКДОУ «Детский сад № 5 «Елочка»  
Ташкентская обл.



| Примечание | Наименование блюда          | 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет               | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет |
|------------|-----------------------------|-----------|---------|-------------------------|---------|-----------|---------|-----------|---------|-----------|---------|
|            | Всё блюда                   |           |         | Энергетическая ценность |         | Белки     |         | Жиры      |         | Углеводы  |         |
| День 8     |                             |           |         |                         |         |           |         |           |         |           |         |
| з          | Лапшевник с сыром           | 150       | 200     | 276                     | 368,00  | 10,05     | 13,40   | 10,35     | 13,80   | 35,7      | 47,60   |
| а          | Какао с молоком             | 150       | 180     | 101                     | 121,00  | 2,9       | 3,87    | 2,61      | 3,48    | 17,18     | 22,90   |
| в          | Батон/масло                 | 20,6      | 30,9    | 91,72                   | 137,58  | 1,6       | 2,40    | 5,13      | 7,67    | 10,34     | 15,52   |
| т          | 10-00 Сок                   | 100       | 150     | 46                      | 69,00   | 0,5       | 0,75    | 0         | -       | 10,1      | 15,15   |
| р          | Итого за завтрак:           | 326       | 419     | 514,72                  | 695,58  | 15,05     | 20,42   | 18,09     | 24,95   | 73,32     | 101,17  |
| а          | Итого второй завтрак:       | 100       | 150     | 46                      | 69,00   | 0,5       | 0,75    | 0         | -       | 10,1      | 15,15   |
| к          |                             |           |         |                         |         |           |         |           |         |           |         |
|            | Куриный бульон с греч       | 180       | 200     | 141,6                   | 157,30  | 10,7      | 11,88   | 10,8      | 12,00   | 0,5       | 0,55    |
|            | Греча отварная              | 120       | 150     | 109                     | 137,00  | 3,7       | 4,60    | 3,2       | 4,00    | 19,2      | 24,00   |
|            | Гуляш из кури               | 80        | 100     | 96,76                   | 110,50  | 8,47      | 9,68    | 7,04      | 8,04    | 1,67      | 1,91    |
|            | Хлеб крестьянский           | 30        | 35      | 70,8                    | 82,60   | 2,31      | 2,69    | 0,28      | 0,33    | 14,37     | 16,77   |
|            | Хлеб Чусовской              | 30        | 35      | 67,5                    | 78,50   | 2,16      | 2,52    | 0,29      | 0,45    | 13,35     | 15,57   |
|            | Салат капуста с морковью    | 50        | 60      | 52                      | 63,00   | 0,8       | 1,00    | 3,3       | 4,00    | 5,9       | 7,10    |
|            | Напиток из шиповника        | 150       | 180     | 72,8                    | 87,30   | 0,53      | 0,63    | 0,23      | 0,27    | 17,1      | 20,50   |
|            | Итого за обед:              | 640       | 760     | 610,46                  | 716,2   | 28,67     | 33      | 25,14     | 29,09   | 72,09     | 86,4    |
|            |                             |           |         |                         |         |           |         |           |         |           |         |
| п          | Запеканка творожная с рисом | 100       | 120     | 224                     | 269,00  | 14,5      | 17,40   | 9,9       | 11,90   | 19,2      | 23,10   |
| о          | Чай с сахаром               | 150       | 180     | 26                      | 31,00   | 0,03      | 0,03    | 0,01      | 0,01    | 6,82      | 8,18    |
| д          |                             |           |         |                         |         |           |         |           |         |           |         |
| а          | Сгущен.молоко               | 20        | 20      | 66                      | 66,00   | 1,36      | 1,36    | 1,7       | 1,70    | 11,2      | 11,20   |
| и          | Итого за полдник:           | 270       | 320     | 316                     | 366     | 15,89     | 18,79   | 11,61     | 13,61   | 37,22     | 42,48   |
|            |                             |           |         |                         |         |           |         |           |         |           |         |
|            | Итого за день:              | 1336      | 1649    | 1441,18                 | 1777,78 | 59,61     | 72,21   | 54,84     | 67,65   | 182,63    | 230,85  |