

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю:

Директор:

9 день

20.03.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углевод	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200	5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10	3,2	7,5	20,2	169,5
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10	0,1	0,0	14,3	57,0
Итого за прием пищи:	440	9,1	12,6	54,2	376,4
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №80	200	1,8	2,3	13,5	81,8
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 304	150	25,4	27,3	25,3	454,3
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	180	0,4	0,1	25,4	104,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	640	32,7	30,3	96,4	794,6
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2	50	3,3	0,2	27,2	117,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3
Итого за прием пищи:	250	6,3	2,7	42,8	214,7
Всего за день:		48,9	45,8	208,1	1 448,3

повар. *ЖК* *Ферсова В.С.*