

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю:

Директор:

2 день

14.10.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углевод	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА № 175	200	5,4	5,6	43,2	244,0
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190	0,1	0,0	14,3	57,0
Итого за прием пищи:	435	9,9	12,3	72,1	442,6
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 №77	200	1,9	2,3	15,7	91,1
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150	9,6	9,5	14,9	207,3
КИСЕЛЬ №247	180	1,3	0,0	29,0	117,0
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	17,9	12,4	91,8	569,0
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ № 372	200	0,2	0,2	23,2	95,6
Итого за прием пищи:	250	4,0	5,1	60,4	304,1
Всего за день:		32,6	29,9	238,9	1 378,3

повар *М. Гербова В.С.*