

Утверждаю:

Директор:

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

1 день

01.12.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ТЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200	9,0	13,0	40,0	318,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	3,0	2,5	15,5	95,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8
БАТОН № 5	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за прием пищи:	420	14,4	23,7	71,0	567,0
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,5	45,6
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
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200	2,5	5,0	8,2	81,6
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ № 277	80	7,6	9,2	6,0	140,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	150	8,4	6,3	38,3	248,8
ЧАЙ С САХАРОМ № 392	190	0,1	0,0	14,3	57,0
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:	730	23,7	21,1	99,0	681,7
Полдник					
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ № 393	180	0,2	0,0	13,7	55,8
Итого за прием пищи:	230	1,6	1,7	52,4	232,8
Всего за день:		40,1	46,9	231,9	1 527,1

повар А.А. Беркова В.Е.