

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Согласовано
директор МБОУ
«Воскресенская СОШ»
Селиванова Е.А.

Утверждаю:

Директор:

5 день

05.12.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200	5,8	5,1	19,7	149,9
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	10,3	11,8	48,6	348,5
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 ИЗ ОВОЩЕЙ №135	200	1,5	3,0	8,8	71,7
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	17,5	13,1	84,9	549,6
Полдник					
ПРЯНИК	50	3,0	2,4	37,5	183,0
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	4,1	3,6	17,4	118,8
Итого за прием пищи:	250	7,1	6,0	54,9	301,8
Всего за день:		35,7	31,1	203,0	1 262,5

повар Е.А. Герасова В.С.