

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

составлено:
директор МНОУ
"Воскресенская
ОШ" *И.И. Харитонов*

Утверждаю:

Директор:

6 день

08.12.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200	6,1	2,9	31,0	173,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	3,0	2,5	15,5	95,6
БАТОН № 5	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за прием пищи:	415	11,4	9,9	61,9	385,4
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
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200	2,5	5,0	8,2	81,6
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" № 390	80	10,3	5,6	5,2	105,7
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	130	3,5	4,5	22,9	132,3
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8
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:	700	21,4	15,7	82,5	529,0
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190	0,1	0,0	14,3	57,0
Итого за прием пищи:	250	3,9	4,9	51,5	265,5
Всего за день:		37,5	30,7	210,6	1 242,5

повар. *И.И. Харитонов* Все