

Ежедневное меню 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.

Утверждаю:

Директор:

ДОКУМЕНТОВ

Согласовано:

Директор:

Меркулова

Ежедневное меню 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.

8 день

18.08.2026

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецен-туры	Сборник рецентур
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак						
КАША вязкая молочная из риса и пшена дружба с маслом №103	180	8,70	13,70	28,40	220,60	103
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	180	3,00	2,50	15,50	95,60	414
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3
Итого за прием пищи:	405	16,10	22,90	58,50	457,80	
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	14,70	62,60	399
Итого за прием пищи:	150	0,80	0,20	14,70	62,60	2011
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	4,40	21,40	1,2,3,4,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	180	4,00	3,80	11,70	97,00	43
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	180	9,00	5,80	16,70	129,00	319
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	180	0,00	0,00	14,00	55,80	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧЬИЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧЬИЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7
Итого за прием пищи:	650	18,02	10,30	73,66	432,68	
Полдник						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а	180	5,90	5,20	16,80	142,00	85 а
ЧАЙ С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	14,30	57,00	411
ХЛЕБ ПШЕНИЧЬИЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6
Итого за прием пищи:	390	8,34	5,50	45,56	269,08	
Всего за день:	1595	43,26	38,90	192,42	1222,16	

