

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

Согласовано:

Директор:

Мерзюк

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

10 день

06.03.2026

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ША ЖИРКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	180	5,50	3,10	28,00	156,40	185	2011
ФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	180	3,00	2,50	15,50	95,60	414	2016
ПЕБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
Итого за прием пищи:	410	12,90	12,30	58,10	393,60		
II Завтрак							
УСТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386	2016
Итого за прием пищи:	100	0,40	0,40	9,50	45,60		
Обед							
Щи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или капуста соевый, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	4,40	21,40	1,2,3,4,5	
ЩС КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63	180	1,30	3,60	9,00	74,25	63	2016
ОВ ИЗ ПТИЦЫ №321	150	25,40	27,30	25,30	454,30	321	
МОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	180	0,00	0,00	14,00	55,80	53	
Б ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
Б РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7	
Итого за прием пищи:	620	31,72	31,60	79,56	735,23		
Подник							
ШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) №154	150/30	13,13	12,00	34,06	272,50	154	
МО С МОЛОКОМ №416	180	4,10	3,60	17,40	118,80	416	2016
Итого за прием пищи:	340	17,23	15,60	51,46	391,30		
Итого за день:	1470	62,25	59,90	198,62	1565,73		

