

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

Согласовано:

Директор: *Муромова*

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

8 день

18.03.2026



Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	180	8,70	13,70	28,40	220,60	103	
ЗЕЙНЬИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	180	3,00	2,50	15,50	95,60	414	2016
БЕБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3	2016
го за прием пищи:	405	16,10	22,90	58,50	457,80		
II Завтрак							
ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	14,70	62,60	399	2011
го за прием пищи:	150	0,80	0,20	14,70	62,60		
Обед							
пи по сезону (или опудрет свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	4,40	21,40	1,2,3,4,5	
КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	180	4,00	3,80	11,70	97,00	43	
ЩА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	180	9,00	5,80	16,70	129,00	319	
ПЮТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	180	0,00	0,00	14,00	55,80	53	
Б ПШЕНИЧЬИЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
Б РЖАНО-ПШЕНИЧЬИЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7	
го за прием пищи:	650	18,02	10,30	73,66	432,68		
Полдник							
МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ ГРЕЧЕВОЙ № 85 а	180	5,90	5,20	16,80	142,00	85 а	
С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	14,30	57,00	411	2016
Б ПШЕНИЧЬИЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
го за прием пищи:	390	8,34	5,50	45,56	269,08		
го за день:	1595	43,26	38,90	192,42	1722,16		