

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

Согласовано:

Директор: *Меркулова*

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

10 день

14.04.2026

Прием пищи, наименование блюда

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
АША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАШНАЯ) №185	180	5,50	3,10	28,00	156,40	185	2011
ЭФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	180	3,00	2,50	15,50	95,60	414	2016
СТЕРИЛ С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60	2	2016
того за прием пищи:	410	12,90	12,30	58,10	393,60		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60	386	2016
того за прием пищи:	100	0,40	0,40	9,50	45,60		
Обед							
юши по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или урец соевый, или свекла отварная)	50	0,80	0,10	4,40	21,40	1,2,3,4,5	
УРЦ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63	180	1,30	3,60	9,00	74,25	63	2016
ПОВ ИЗ ПТИЦЫ №321	150	25,40	27,30	25,30	454,30	321	
ЭМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	180	0,00	0,00	14,00	55,80	53	
ПЕВ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
ПЕВ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7	
того за прием пищи:	620	31,72	31,60	79,56	735,23		
Подвиж							
АПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) №154	130/30	13,13	12,00	34,06	272,50	154	
КАО С МОЛОКОМ №416	180	4,10	3,60	17,40	118,80	416	2016
того за прием пищи:	340	17,23	15,60	51,46	391,30		
того за день:	1470	62,25	59,90	198,62	1565,73		

