



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

Согласовано:

Директор: Нерисова

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

5 день

13.07.2026

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85 БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН) ЧАЙ С САХАРОМ №411 Итого за прием пищи:	180	7,56	10,00	23,76	135,14	85	
	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3	2016
	180	0,10	0,00	14,30	57,00	411	2016
	405	12,06	16,70	52,66	333,74		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 Итого за прием пищи:	150	0,80	0,20	14,70	62,60	399	2011
	150	0,80	0,20	14,70	62,60		
Обед							
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135 КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 БОБОВЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОХ) № 330 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 Итого за прием пищи:	180	1,35	2,70	7,90	64,50	135	2011
	70/30	7,63	6,86	15,68	147,42	455/363	
	130	12,50	6,00	27,70	217,10	330	2004
	180	0,00	0,00	14,00	55,80	53	
	30	2,34	0,30	14,46	70,08	6	
	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7	
	650	25,70	16,16	92,14	614,30		
Полдник							
БУЛОЧКА №39 КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(КЕФИР) Итого за прием пищи: Всего за день:	50	4,70	7,00	26,20	185,60	39	
	200	6,66	5,55	8,88	253,30		
	250	11,36	12,55	35,08	438,90		
	1455	49,92	45,61	194,58	1449,54		