

23.03.2026г.

Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

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

9 день

| Прием пищи, наименование блюда             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|--------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                            |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                    |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85   | 180          | 7,56             | 10,00   | 23,76       | 135,14                           | 85           |                     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)             | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                           | 1            | 2016                |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                         | 180          | 0,10             | 0,00    | 14,30       | 57,00                            | 411          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                       | 410          | 10,86            | 17,50   | 58,26       | 361,64                           |              |                     |
| II Завтрак                                 |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                          | 150          | 0,80             | 0,20    | 14,70       | 62,60                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                       | 150          | 0,80             | 0,20    | 14,70       | 62,60                            |              |                     |
| Обед                                       |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47      | 180          | 2,30             | 4,50    | 7,40        | 73,44                            | 47           |                     |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) (говядина) №304 | 70/30        | 4,70             | 5,30    | 6,00        | 90,40                            | 304          | 2016                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165            | 130          | 7,30             | 5,50    | 33,20       | 215,60                           | 165          | 2011                |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (изюм) № 53 а  | 180          | 0,00             | 0,00    | 14,00       | 55,80                            | 53 а         |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                         | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                    | 30           | 1,88             | 0,30    | 12,40       | 59,40                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                       | 650          | 18,52            | 15,90   | 87,46       | 564,72                           |              |                     |
| Полдник                                    |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ПЕЧЕНЬЕ №9                                 | 50           | 3,80             | 4,90    | 37,20       | 208,50                           | 9            |                     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413                         | 200          | 3,30             | 2,77    | 17,33       | 108,40                           | 413          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                       | 250          | 7,10             | 7,67    | 54,53       | 316,90                           |              |                     |
| Всего за день:                             | 1460         | 37,28            | 41,27   | 214,95      | 1305,86                          |              |                     |