Согласовано:
Заведующий Лебедева Ж.Ш.

Утверждаю:
Руководитель (ИП)

Ежедневное меню

для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10 часовым пребыванием
возрастной группы от 3 до 7 лет. 09.11.2026 г.

ДЕНЬ 6

Завтрак

Яйцо вареное	40	4,96	4,49	0,27	61,3	213
Икра свекольная или морковная	120	2,69	9,71	12,11	126,44	56
Бутерброд с сыром 30/10	40	4,89	3,21	29,51	126,78	3
Чай с сахаром	200	0,1	0	13,08	52,68	430
Итого за прием пищи:	**400**	**12,64**	**17,41**	**54,97**	**367,2**	

2 Завтрак

Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	82,82	
Итого за прием пищи:	**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**82,82**	

Обед

Суп картофельный с клецками на курином бульоне	180	1,93	2,81	12,01	81,25	85
Плов из птицы отварной	200	14,87	13,94	46,24	312,91	304
Салат летний со свежим огуоцом	50	0,66	2,47	1,99	33,16	
Кисель из свежих плодов (яблоки)	180	0,11	0,1	17,81	82,62	405
Хлеб пшеничный	30	2,29	0,19	15,05	71,05	
Хлеб ржаной	30	1,99	0,26	12,72	61,19	
Итого за прием пищи:	**670**	**21,85**	**19,77**	**105,82**	**642,18**	

Полдник

Вареники ленивые (запеканка из творога)	100	18,11	10,76	17,15	172,57	237
Соус молочный (сладкий)	30	0,58	1,5	3,98	31,84	351
Чай с молоком	180	1,45	1,16	14,06	72,79	429
Итого за прием пищи:	**310**	**20,14**	**13,42**	**35,19**	**277,2**	