Согласовано:
Заведующий Лебедева Ж.Ш

Утверждаю:
Руководитель (ИП)

Ежедневное меню

для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10 часовым пребыванием возрастной группы от 1 до 3 лет.

ДЕНЬ 4 05.11.2026

Завтрак

Каша жидкая молочная из овсяной крупы(с маслом и сахаром)	150	5,73	9,58	24,92	100,71	189
Чай с сахаром и лимоном	160	0,11	0	11,49	46,91	393
Бутерброд с сыром 30/10	40	4,89	3,21	29,51	126,78	3
Итого за прием пищи:	350	10,73	12,79	65,92	274,4	

2 Завтрак

Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	64,4	
Итого за прием пищи:	95	0,38	0,38	9,31	64,4	

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	155	2,86	5,27	7,62	78	66
Тефтели рыбные в соусе	70	7,38	5,44	7,51	124,59	245
Картофель отварной с маслом сливочным	110	2,13	2,66	17,29	101,88	123
Салат из свежих огурцов	30	0,23	0,9	0,7	11,79	36
Компот из свежих плодов(яблоки)	150	0,09	0,09	11,81	56,73	48
Хлеб пшеничный	25	1,91	0,16	12,55	59,21	
Хлеб ржаной	25	1,66	0,22	10,6	50,99	
Итого за прием пищи:	565	16,26	14,74	68,08	483,19	

Полдник

Оладьи с повидлом	100	5,98	4,38	40,68	124,9	449
Кефир	150	4,35	3,75	6	79,5	435
Итого за прием пищи:	250	10,33	8,13	46,68	204,4	