



Ежедневное меню

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

ДЕНЬ 1						
Завтрак 08.06.2026						
Омлет натуральный	130	11,12	11,95	3,13	112,4	214
Икра свекольная	100	1,41	3,98	7,89	73,29	56
Чай с сахаром	180	0,09	0	11,8	47,53	430
Бутерброд с сыром 30/10	40	4,89	3,21	29,51	126,78	3
Итого за прием пищи:	450	17,51	19,14	52,33	360	
2 Завтрак						
Сок фруктовый	100	0,49	0,1	9,8	49,49	399
Пряники	20	1,18	0,94	15,01	67,31	
Итого за прием пищи:	120	1,67	1,04	24,81	116,8	
Обед						
Салат из капусты с морковью	50	0,85	0,53	3,05	20,98	39
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	180	7,86	6,94	17,44	112,69	81
Зразы из мяса рубленного с яйцом	70	7,31	14,79	8,09	194,94	278
Пюре картофельное с маслом сливочным	130	2,65	4,48	17,96	123,12	321
Хлеб пшеничный	25	1,91	0,16	12,55	59,21	
Хлеб ржаной	25	1,66	0,22	10,6	50,99	
Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,1	0,1	14,18	68,07	48
Итого за прием пищи:	660	22,34	27,22	83,87	630	
Полдник						
Ватрушка из дрожжевого теста	75	4,92	4,71	38,48	171,37	453
Какао с молоком	180	2,95	2,44	15,99	98,63	433
Итого за прием пищи:	255	7,87	7,15	54,47	270	