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

ДЕНЬ 1 02.11.2026						
Завтрак						
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**	