

Согласовано:  
Заведующий МАДОУ №92  
Гудина И.В.



Утверждаю:  
Руководитель (ИП)  
Шкурлатов П.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ДЛЯ ДЕТСКИХ САДОВ ОТ 3х до 7 лет  
НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД

НА 2024 год

| Наименование блюда | Выход<br>блюда | Пищевые вещества(г) |      |          | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | витамины |
|--------------------|----------------|---------------------|------|----------|--------------------------------------|----------|
|                    |                | Белки               | Жиры | Углеводы |                                      |          |

ДЕНЬ 8

Завтрак

|                             |     |       |       |        |        |      |
|-----------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|------|
| Каша манная молочная жидкая | 180 | 5,4   | 7,35  | 26,37  | 215,1  | 0,48 |
| Кофейный напиток с молоком  | 180 | 2,84  | 2,41  | 14,35  | 90,54  | 0,17 |
| Бутерброд с маслом 30/10    | 40  | 2,42  | 3,13  | 9,802  | 119    | 0    |
| Всего за завтрак            | 400 | 10,66 | 12,89 | 50,522 | 424,64 | 0,65 |

2 Завтрак

|               |     |     |     |     |    |    |
|---------------|-----|-----|-----|-----|----|----|
| Фрукты свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 10 |
|---------------|-----|-----|-----|-----|----|----|

Обед

|                                                       |     |       |       |       |        |       |
|-------------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|
| Щи из свежей капусты с<br>картофелем и сметаной 180/5 | 185 | 1,59  | 4,1   | 7,35  | 73,66  | 6,4   |
| Печень тушенная в соусе                               | 70  | 8,97  | 6,31  | 3,11  | 115,5  | 14,77 |
| Рис припущенный                                       | 150 | 3,6   | 9     | 35,7  | 199,95 | 0     |
| Морковь припущенная                                   | 50  | 0,97  | 1,79  | 0,97  | 33     | 1,15  |
| Компот из смеси сухофруктов с<br>вит.С                | 180 | 0,6   | 0,08  | 28,8  | 119,52 | 0,65  |
| Хлеб пшеничный                                        | 30  | 1,8   | 0,75  | 7,35  | 46,41  | 0     |
| Хлеб ржаной                                           | 30  | 1,91  | 0,3   | 12,3  | 59,4   | 0     |
| Всего за обед                                         | 695 | 19,44 | 22,33 | 95,58 | 647,44 | 22,97 |

Полдник

|                       |      |       |       |        |         |       |
|-----------------------|------|-------|-------|--------|---------|-------|
| Пирожок с повидлом    | 75   | 4,32  | 1,76  | 41,67  | 201     | 0,03  |
| Молоко кипяченое      | 180  | 5,48  | 10,36 | 9,07   | 102     | 2,96  |
| Всего за полдник      | 255  | 9,8   | 12,12 | 50,74  | 303     | 2,99  |
| Итого за восьмой день | 1900 | 54,04 | 60,34 | 249,08 | 1781,68 | 71,27 |