

Согласовано:  
Заведующий

Утверждаю:  
Руководитель (ИП)



### Ежедневное меню

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

#### ДЕНЬ 9

##### Завтрак

|                                                              |            |             |              |              |              |     |
|--------------------------------------------------------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-----|
| Каша жидкая молочная из овсяной крупы (с маслом или сахаром) | 180        | 6,88        | 11,5         | 29,94        | 184,51       | 189 |
| Чай с сахаром и лимоном                                      | 180        | 0,12        | 0            | 11,9         | 48,71        | 393 |
| Бутерброд с повидлом 30/15                                   | 45         | 2,63        | 4,44         | 39,41        | 133,98       | 2   |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                  | <b>405</b> | <b>9,63</b> | <b>15,94</b> | <b>81,25</b> | <b>367,2</b> |     |

##### 2 Завтрак

|                             |            |             |            |            |              |  |
|-----------------------------|------------|-------------|------------|------------|--------------|--|
| Сок фруктовый               | 100        | 0,49        | 0,1        | 9,8        | 49,49        |  |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>100</b> | <b>0,49</b> | <b>0,1</b> | <b>9,8</b> | <b>49,49</b> |  |

##### Обед

|                                           |            |              |              |              |              |     |
|-------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-----|
| Суп картофельный с фрикадельками          | 180        | 5,68         | 4,66         | 14,51        | 107,41       | 111 |
| Мясо тушеное с овощами в соусе( духовое ) | 200        | 10,14        | 23,52        | 23,53        | 316,67       | 167 |
| Салат витаминный                          | 50         | 0,74         | 0,53         | 2,99         | 20,3         | 41  |
| Кисель из свежих плодов(яблоки)           | 180        | 0,11         | 0,1          | 17,81        | 82,62        | 405 |
| Хлеб пшеничный                            | 25         | 1,91         | 0,16         | 12,55        | 59,21        |     |
| Хлеб ржаной                               | 25         | 1,66         | 0,22         | 10,6         | 50,99        |     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>               | <b>660</b> | <b>20,24</b> | <b>29,19</b> | <b>81,99</b> | <b>637,2</b> |     |

##### Полдник

|                             |            |             |             |              |              |     |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-----|
| Оладьи со сметаной          | 115        | 7,48        | 5,48        | 50,9         | 204,41       | 449 |
| Чай с молоком               | 180        | 1,45        | 1,16        | 14,06        | 72,79        |     |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>295</b> | <b>8,93</b> | <b>6,64</b> | <b>64,96</b> | <b>277,2</b> |     |