

Ежедневное меню

Дети дошкольного возраста с 3-х до 7 лет с 10-ч пребыванием

" " 2026 года

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		

Завтрак

3,87	5,47	27,54	173,20	Каша жидкая молочная из пшенной крупы	180
2,19	5,64	12,83	105,60	Бутерброд с маслом	35
2,44	2,64	23,52	124,20	Кофейный напиток с молоком	200
8,50	13,75	63,89	403,00	Итого	415

2-й Завтрак

0,50	0,00	10,10	42,22	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100
0,50	0,00	10,10	42,22	Итого:	100

Обед

0,7	3,01	4,13	46,4	Салат из свеклы отварной	50
4,16	4,64	12,49	108,61	Суп картофельный с крупой рисовой	180
4,73	5,02	26,39	169,62	Макароны отварные с маслом	130
10,89	8,09	10,99	160,13	Котлеты, биточки, шницели (с маслом)	70
0,33	0,73	1,47	13,99	Соус сметанный с луком	20
0,36	0	24,3	97,2	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	180
1,68	0,33	0,72	68,97	Хлеб ржано-пшеничный	30
2,37	0,3	14,49	70,14	Хлеб пшеничный	30
25,22	22,12	94,98	735,06	Итого:	690

Полдник

16,1	9,44	17,47	217,58	Запеканка из творога	100
0,58	1,36	3,98	30,45	Соус молочный (сладкий)	30
5,22	5,76	8,46	108	Молоко кипяченое	180
21,9	16,56	29,91	356,03	Итого	310
56,12	52,43	198,88	1536,31	Итого за весь день	1515

Ответственный по питанию

Повар

Медицинский работник

(подпись)

(расшифровка подписи)

(подпись)

(расшифровка подписи)

(подпись)

(расшифровка подписи)