



Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.



Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием.

21.01.2026

8 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103                                                              | 150          | 7,25             | 11,42   | 23,70       | 183,80                        |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                        | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                         |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)                                                                                           | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                        |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 345          | 14,15            | 19,62   | 48,90       | 389,70                        |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                         |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                               |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43                                                                               | 150          | 3,30             | 3,16    | 9,80        | 80,90                         |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319                                                                                | 150          | 7,50             | 4,80    | 13,90       | 100,10                        |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                       | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 520          | 14,11            | 8,44    | 55,90       | 326,72                        |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а                                                                                 | 150          | 4,90             | 4,30    | 14,00       | 118,30                        |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                     | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 320          | 6,46             | 4,50    | 34,94       | 210,02                        |
| Всего за день:                                                                                                         | 1285         | 35,22            | 32,69   | 149,54      | 968,14                        |

Медицинская сестра *Хитбенди Р.С.*



Ежедневное меню 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.

Согласовано:

Директор:

Ежедневное меню 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.

21.01.2026

8 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |
| КАША вязкая молочная из риса и пшЕНА дружба с маслом №103                                                              | 180          | 8,70             | 13,70   | 28,40       | 220,60                        |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с МОЛОКОМ №414                                                                                        | 180          | 3,00             | 2,50    | 15,50       | 95,60                         |
| БУТЕРБРОД с СЫРОМ №3 (БАТОН)                                                                                           | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                        |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 405          | 16,10            | 22,90   | 58,50       | 457,80                        |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 150          | 0,80             | 0,20    | 14,70       | 62,60                         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 150          | 0,80             | 0,20    | 14,70       | 62,60                         |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                               |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,80             | 0,10    | 4,40        | 21,40                         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с БОБОВЫМИ (горох) № 43                                                                               | 180          | 4,00             | 3,80    | 11,70       | 97,00                         |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ в СОУСЕ с ОВОЩАМИ № 319                                                                                | 180          | 9,00             | 5,80    | 16,70       | 129,00                        |
| КОМПОТ из СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                       | 180          | 0,00             | 0,00    | 14,00       | 55,80                         |
| ХЛЕБ пшЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                         |
| ХЛЕБ рЖАНО-пшЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 30           | 1,88             | 0,30    | 12,40       | 59,40                         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 650          | 18,02            | 10,30   | 73,66       | 432,68                        |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |
| СУП молочный с крупой грЕЧНЕВОЙ № 85 а                                                                                 | 180          | 5,90             | 5,20    | 16,80       | 142,00                        |
| ЧАЙ с САХАРОМ №411                                                                                                     | 180          | 0,10             | 0,00    | 14,30       | 57,00                         |
| ХЛЕБ пшЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                         |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 390          | 8,34             | 5,50    | 45,56       | 269,08                        |
| Всего за день:                                                                                                         | 1595         | 43,26            | 38,90   | 192,42      | 1222,16                       |

Медицинская сестра *Хитбенди Р.С.*