Утверждаю:
Директор:

Согласовано:
Директор:

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

10.03.2026г

2 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
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00
Итого за прием пищи:	**345**	**11,65**	**18,12**	**49,60**	**370,40**
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
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304	50/30	3,40	3,80	4,30	64,60
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	110	3,00	3,80	19,40	97,00
КИСЕЛЬ №247	150	1,10	0,00	24,20	97,50
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:	**560**	**14,11**	**11,24**	**78,30**	**439,22**
Полдник					
ВАФЛИ №10	50	1,40	1,70	38,70	177,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20
Итого за прием пищи:	**200**	**3,70**	**3,60**	**50,40**	**250,20**
Всего за день:	**1205**	**29,96**	**33,09**	**188,10**	**1101,52**

Медцинская сестра

Утверждаю:
Директор:

Согласовано:
Директор:

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

10.03.2026г

2 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	180	8,70	13,70	28,40	220,60
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60
ЧАЙ С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	14,30	57,00
Итого за прием пищи:	**405**	**13,20**	**20,40**	**57,30**	**419,20**
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
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304	70/30	4,70	5,30	6,00	90,40
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	130	3,50	4,50	22,90	132,30
КИСЕЛЬ №247	180	1,20	0,00	26,00	105,00
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:	**700**	**18,42**	**14,30**	**97,86**	**575,58**
Полдник					
ВАФЛИ № 10	50	1,40	1,70	38,70	177,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	200	3,30	2,77	17,33	108,40
Итого за прием пищи:	**250**	**4,70**	**4,47**	**56,03**	**285,40**
Всего за день:	**1505**	**37,12**	**39,37**	**225,89**	**1342,78**

Медцинская сестра