Утверждаю
Директор:

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

Согласовано:
Директор:

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

26.03.2026г

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	3,50	2,60	22,30	134,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	13,60	64,30
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60
Итого за прием пищи:	**350**	**11,40**	**10,80**	**49,50**	**339,90**
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60
Итого за прием пищи:	**100**	**0,40**	**0,40**	**9,50**	**45,60**
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
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63	150	1,20	3,00	7,50	61,80
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321	130	22,00	20,50	19,00	340,70
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:	**500**	**27,61**	**23,98**	**71,30**	**599,22**
Полдник					
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154	100/30	10,10	9,20	26,20	209,60
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20
Итого за прием пищи:	**280**	**12,40**	**11,10**	**37,90**	**282,80**
Всего за день:	**1230**	**51,81**	**46,28**	**168,20**	**1267,52**

Медцинская сестра

Утверждаю
Директор:

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

Согласовано:
Директор:

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

26.03.2026г

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	180	5,50	3,10	28,00	156,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	180	3,00	2,50	15,50	95,60
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60
Итого за прием пищи:	**410**	**12,90**	**12,30**	**58,10**	**393,60**
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	**100**	**0,4**	**0,4**	**9,5**	**45,6**
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
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63	180	1,30	3,60	9,00	74,25
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321	150	25,40	27,30	25,30	454,30
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:	**620**	**32,92**	**31,60**	**91,56**	**784,43**
Полдник					
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154	130/30	13,13	12,00	34,06	272,50
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	180	3,00	2,50	15,60	97,60
Итого за прием пищи:	**340**	**16,13**	**14,50**	**49,66**	**370,10**
Всего за день:	**1470**	**62,35**	**58,80**	**208,82**	**1593,73**

Медцинская сестра