



*Киселев Д.А.*



04.05.20

Ежедневное меню 3-7 лет с 12 часовым пребыванием.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101	180	9,45	8,90	33,75	240,66
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	180	3,00	2,50	15,50	95,60
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>15,65</b>	<b>18,90</b>	<b>69,45</b>	<b>505,76</b>
<b>II Завтрак</b>					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,50</b>	<b>45,60</b>
<b>Обед</b>					
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
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47	180	2,30	4,50	7,40	73,44
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	180	9,00	5,80	16,70	129,00
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
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	30	1,98	0,36	10,26	54,30
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>16,52</b>	<b>11,06</b>	<b>67,52</b>	<b>405,22</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а	180	5,90	5,20	16,80	142,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	180	0,20	0,00	13,70	55,80
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>390</b>	<b>8,44</b>	<b>5,50</b>	<b>44,96</b>	<b>267,88</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1550</b>	<b>41,01</b>	<b>35,86</b>	<b>191,43</b>	<b>1224,46</b>



*Киселев*

Ежедневное меню 3-7 лет с 12 часовым пребыванием.

05.05.26

2 день

Согласовано:  
Директор: *Е.В. Шурко*

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>405</b>	<b>13,20</b>	<b>20,40</b>	<b>57,30</b>	<b>419,20</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	14,70	62,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>14,70</b>	<b>62,60</b>
<b>Обед</b>					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) <i>огурцы соленые</i>	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 ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	30	1,98	0,36	10,26	54,30
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>18,52</b>	<b>14,36</b>	<b>95,72</b>	<b>570,48</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) №100	130/30	11,60	14,10	33,70	242,40
КАКАО С МОЛОКОМ №416	180	4,10	3,60	17,40	118,80
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>340</b>	<b>15,80</b>	<b>17,70</b>	<b>51,10</b>	<b>418,20</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1595</b>	<b>48,32</b>	<b>52,66</b>	<b>218,82</b>	<b>1470,48</b>



Директор: Киселев Д.Е.

*Суп*

Ежедневное меню 3-7 лет с 12 часовым пребыванием.

06.05.26 3 день

Согласовано:

Директор: *Е. Котлярова*



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	180	5,70	9,80	41,20	284,50
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	180	0,20	0,00	13,70	55,80
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>9,10</b>	<b>17,30</b>	<b>75,10</b>	<b>509,80</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	14,70	62,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>14,70</b>	<b>62,60</b>
<b>Обед</b>					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) <i>помидор сезонный</i>	50	0,80	0,10	4,40	21,40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86	180	1,60	2,10	12,10	73,60
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261	80	8,74	4,07	2,20	80,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	130	7,30	5,50	33,20	215,60
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 ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	30	1,98	0,36	10,26	54,30
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>22,76</b>	<b>8,36</b>	<b>90,62</b>	<b>570,78</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108	180	0,80	0,90	4,80	31,70
ПЕЧЕНЬЕ № 9	50	3,80	4,90	37,20	208,50
ЧАЙ С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	14,30	57,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>4,70</b>	<b>5,80</b>	<b>56,30</b>	<b>297,20</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1650</b>	<b>37,36</b>	<b>31,66</b>	<b>236,72</b>	<b>1440,38</b>



*Киселев Д.И.*

Ежедневное меню 3-7 лет с 12 часовым пребыванием.

07.05.26

4 день

Согласовано:  
 Директор: *Е. В. Мухоморова*

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>12,90</b>	<b>12,30</b>	<b>58,10</b>	<b>393,60</b>
<b>II Завтрак</b>					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,4	0,4	9,5	45,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,5</b>	<b>45,6</b>
<b>Обед</b>					
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 ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	30	1,98	0,36	10,26	54,30
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>33,02</b>	<b>31,66</b>	<b>89,42</b>	<b>779,33</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>340</b>	<b>16,13</b>	<b>14,50</b>	<b>49,66</b>	<b>370,10</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1470</b>	<b>62,45</b>	<b>58,86</b>	<b>206,68</b>	<b>1588,63</b>



Утверждено  
 Директор: Киселев А.А.  
 06.05.26 5 день



Ежедневное меню 3-7 лет с 12 часовым пребыванием.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85	180	7,56	10,00	23,76	135,14
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>405</b>	<b>12,06</b>	<b>16,70</b>	<b>52,66</b>	<b>333,74</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	14,70	62,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>14,70</b>	<b>62,60</b>
<b>Обед</b>					
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	180	1,35	2,70	7,90	64,50
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	70/30	7,00	6,80	15,70	159,90
БОБОВЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОХ) № 330	130	12,50	6,00	27,70	217,10
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>25,07</b>	<b>16,10</b>	<b>92,16</b>	<b>626,78</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	180	8,70	13,70	28,40	220,60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08
ЧАЙ С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	14,30	57,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>390</b>	<b>11,14</b>	<b>14,00</b>	<b>57,16</b>	<b>347,68</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1595</b>	<b>49,07</b>	<b>47,00</b>	<b>216,68</b>	<b>1370,80</b>