

Согласовано:  
Заведующий



Утверждено:  
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
/Кортоножко Е.Ю.



## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 3-7 лет (12часов)

"12" сентября 2025 г.

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг)
Б	Ж	У	ккал			с
3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	2	3-7 лет	3-7 лет
<b>Вариант 10</b>						
<b>Завтрак</b>						
7,10	11,66	40,22	294,54	каша жидкая молочная геркулесовая с сахаром и маслом	200	1,07
1,78	1,70	0,00	28,15	сыр порция	8	0,09
0,08	7,2	0,1	66	масло сливочное порция	10	0,04
1,8	0,3	7,35	46,61	хлеб пшеничный	30	0
2,84	2,41	14,35	90,64	кофейный напиток с молоком	180	0,22
13,60	23,27	62,02	525,94	Итого	428	1,417
<b>2-ой Завтрак</b>						
0,40	0,40	9,80	44,00	плоды и ягоды свежие	100	10,00
0,4	0,4	9,8	44	Итого	100	10
<b>Обед</b>						
0,84	3,60	4,97	55,68	свекла отварная с растительным маслом	60	3,99
2,15	2,22	13,96	94,60	суп картофельный с макаронными изделиями (вирмешель)	200	6,60
13,35	13,45	19,67	253,13	рагу из свинины	200	6,99
0,90	0,00	18,18	76,32	соки овощные, фруктовые и ягодные	180	40,00
3,83	0,50	20,50	99,00	хлеб ржаной	50	0,00
1,8	0,3	7,35	46,61	хлеб пшеничный	30	0
22,87	20,07	84,628	625,34	Итого	680	57,58
<b>Полдник уплотненный</b>						
0,06	0,01	13,50	54,00	чай с сахаром	180	5,40
16,27	8,74	24,86	202,5	вареники ленивые с молоком сгущенным	120	0,19
0,10	0,12	25,09	119,20	конфетав шоколадной глазури	20	0,00
16,43	8,87	63,45	375,70	Итого	320	5,59
53,3	52,6	135,3	1571,0	всего на день	1528,0	74,6
Соль йодированная					3,0	
35,7-37,48	39,97-41,96	172,55-181,17	1190-1249,5	Нормы по СанПин 85%+5%		

Ответственный по питанию

Повар

Медицинский работник

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)