

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 (12 часов)

"25" 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
Вариант 9						
5,55	9,74	38,35	264,54	каша жидкая молочная из манной крупы с маслом и сахаром	200	0,53
0,08	7,2	0,1	66	масло сливочное порция	10	0,04
2,78	3,54	0	47,32	сыр порцией	12	0,07
1,8	0,3	7,35	46,61	хлеб пшеничный	30	0
0,20	0,10	13,90	55,80	чай с лимоном	180	1,12
10,41	20,88	59,70	480,27	Итого	432	1,76
2-ой Завтрак						
0,50	0,00	10,10	42,40	соки овощные, фруктовые и ягодные	100	40,00
1,70	3,60	14,50	97,70	печенье сахарное	22	
2,2	3,6	24,6	140,1	Итого	122	40
Обед						
4,38	4,21	13,22	118,60	суп картофельный с бобовыми (горох)	200	5,12
8,97	10,36	78,63	165,90	тефтели мясные с соусом	70	0,60
2,52	1,94	15,59	89,55	капуста тушеная из свежей	150	1,71
0,07	0,04	20,73	100,44	кисель из повидла с витамином С	180	1,62
3,83	0,50	20,50	99,00	хлеб ржаной	50	0,00
3,00	1,25	12,25	77,35	хлеб пшеничный	50	0,00
22,77	18,30	160,92	650,84	Итого	700	9,05
Полдник уплотненный						
9,22	5,48	29,18	202,00	ватрушка с творогом	75	0,04
3,70	3,19	15,82	102,06	какао с молоком	180	0,72
12,92	8,67	45,00	304,06	Итого	255	0,76
48,30	51,45	290,22	1 575,27	Всего на день	1 257,00	50,93
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)