

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 ккал	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг)
Б 3-7 лет	Ж 3-7 лет	У 3-7 лет	3-7 лет		2	с 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	ccoli тешеная 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

(расшифровка подписи)

Медицинский работник

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)