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)

"03" июля 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 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 _____ (расшифровка подписи)

Повар _____ (расшифровка подписи)

Медицинский работник _____ (расшифровка подписи)