

Согласовано:
Заведующий

МБДОУ
детский сад №2
«Солнышко»

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)

"04" 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 4

Завтрак

| | | | | | | |
|------|-------|-------|--------|---|-----|------|
| 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 |
| 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 |
| 7,63 | 17,34 | 59,70 | 432,95 | Итого | 420 | 1,69 |

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 | 122,0 | 40,0 |

Обед

| | | | | | | |
|-------|-------|-------|--------|---|-----|-------|
| 1,61 | 4,06 | 9,57 | 85,80 | рассольник ленинградский | 200 | 5,94 |
| 1,24 | 10,98 | 10,77 | 141,99 | рагу из овощей | 150 | 10,50 |
| 11,77 | 17,92 | 9,28 | 247,80 | котлета мясная | 70 | 0,70 |
| 0,60 | 0,08 | 28,80 | 119,52 | Компот из смеси сухофруктов с витамином С | 180 | 0,65 |
| 1,91 | 0,30 | 12,30 | 59,40 | хлеб ржаной | 30 | 0,00 |
| 1,80 | 0,75 | 7,35 | 46,41 | хлеб пшеничный | 30 | 0,00 |
| 18,93 | 34,09 | 78,07 | 700,92 | Итого | 660 | 17,79 |

Полдник уплотненный

| | | | | | | |
|-----------|------------|--------------|-----------|-------------------------|-------|------|
| 5,76 | 2,34 | 55,56 | 266,00 | пирожок с повидлом | 100 | 0,00 |
| 5,22 | 4,50 | 7,20 | 90,00 | кефир | 180 | 0,12 |
| 10,98 | 6,84 | 62,76 | 356,00 | Итого | 280 | 0,12 |
| #ЗНАЧ! | 11,8 | 58,3 | 442,7 | Всего на день | 330,0 | 40,0 |
| | | | | Соль йодированная | 3,0 | |
| 35,7-39,9 | 39,9-44,65 | 172,55-192,8 | 1190-1330 | Нормы по СанПин 90%+-5% | | |

Ответственный по питанию

Повар

Медицинский работник

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)