

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)

" 11 " ИЮЛЯ 2025 г.

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг)
Б	Ж	У				
3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	2	3-7 лет	3-7 лет
Вариант 5						
Завтрак						
9,08	12,90	35,17	295,00	каша жидкая молочная гречневая с сахаром и маслом	200	0,48
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
0,20	0,10	13,90	55,80	чай с лимоном	180	1,12
12,9	22,2	56,5	491,6	Итого	428,0	1,7
2-ой Завтрак						
0,50	0,00	10,10	42,40	фрукты свежие (яблоко)	100	40,00
0,5	0	10,1	42,4	Итого	100	40
Обед						
1,024	3	5,07	51,42	квашеная капуста	60	11,88
2,10	2,80	14,40	93,00	суп картофельный с клецками	200	2,79
23,83	11,82	48,20	400,26	плов с птицей	230	
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
31,259	18,751	116,12	770,01	Итого	730	15,32
Полдник уплотненный						
17,48	13,20	33,60	324,00	запеканка из творога с морковью	120	0,42
5,22	4,50	7,20	90,00	кефир	180	0,12
22,70	17,70	40,80	414,00	Итого	300	0,54
67,4	58,7	223,5	1718,0	Всего на день	1558,0	57,6
				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

_____ (расшифровка подписи)

Повар

_____ (расшифровка подписи)

Медицинский работник

_____ (расшифровка подписи)