



Согласовано: МБДОУ
Заведующий детский сад №2
Город Балаково



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)

"18" сентября 2025 г.

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг) с
Б	Ж	У				
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

Подник 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

(расшифровка подписи)

Повар

(расшифровка подписи)

Медицинский работник

(расшифровка подписи)