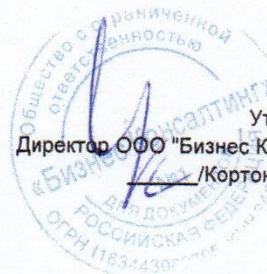


Согласовано:  
Заведующий



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)

"19" 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 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

Повар

Медицинский работник

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)