

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)

"20" июня 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
<b>Вариант 10</b>						
<b>Завтрак</b>						
7,10	11,66	40,22	294,54	каша жидкая молочная геркулесовая с сахаром и маслом	200	1,07
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
2,84	2,41	14,35	90,64	кофейный напиток с молоком	180	0,22
<b>13,60</b>	<b>23,27</b>	<b>62,02</b>	<b>525,94</b>	<b>Итого</b>	<b>428</b>	<b>1,417</b>
<b>2-ой Завтрак</b>						
0,40	0,40	9,80	44,00	плоды и ягоды свежие	100	10,00
<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>						
0,84	3,60	4,97	55,68	свекла отварная с растительным маслом	60	3,99
2,15	2,22	13,96	94,60	суп картофельный с макаронными изделиями (вирмешель)	200	6,60
13,35	13,45	19,67	253,13	рагу из свинины	200	6,99
0,90	0,00	18,18	76,32	соки овощные, фруктовые и ягодные	180	40,00
3,83	0,50	20,50	99,00	хлеб ржаной	50	0,00
1,8	0,3	7,35	46,61	хлеб пшеничный	30	0
<b>22,87</b>	<b>20,07</b>	<b>84,628</b>	<b>625,34</b>	<b>Итого</b>	<b>680</b>	<b>57,58</b>
<b>Полдник уплотненный</b>						
0,06	0,01	13,50	54,00	чай с сахаром	180	5,40
16,27	8,74	24,86	202,5	вареники ленивые с молоком сгущенным	120	0,19
0,10	0,12	25,09	119,20	конфетав шоколадной глазури	20	0,00
16,43	8,87	63,45	375,70	<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>5,59</b>
<b>53,3</b>	<b>52,6</b>	<b>135,3</b>	<b>1571,0</b>	<b>всего на день</b>	<b>1528,0</b>	<b>74,6</b>
				<b>Соль йодированная</b>	<b>3,0</b>	
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)