

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)

"21" мая 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 8						
6,82	10,65	42,75	295,4	каша пшеничная молочная с маслом и сахаром жидкая	200	0,2
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
8,9	18,25	64,1	463,81	Итого	420	1,36
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						
0,85	3,61	3,76	51	свекла отварная с соленым огурцом	60	3,55
1,93	6,33	10,77	108,11	борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	7,05
13,36	14,08	3,27	164,00	гуляш из отварного мяса	100	1,20
5,73	6,08	31,98	205,50	макароны отварные с маслом	150	0,00
0,90	0,00	18,18	76,32	соки овощные, фруктовые и ягодные	180	40,00
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
26,48	31,15	87,61	710,74	Итого	695	51,80
Полдник уплотненный						
2,84	2,41	14,35	90,40	кофейный напиток с молоком	180	0,22
6,48	6,23	36,29	226,99	оладьи с молоком сгущенным	85	0,35
9,32	8,64	50,64	317,39	Итого	265	0,57
45,20	58,04	212,45	1534,34	Всего на день	1480	93,49
Соль йодированная					3,0	
Нормы по СанПин 85%+-5%						
35,7-37,48	39,97-41,96	172,55-181,17	1190-1249,5			

Ответственный по питанию

Повар

Медицинский работник

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)