

10-ти дневное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 1-3 лет с 9-10-часовым пребыванием

Утверждаю:

Директор:

на 29.04.2026 г.

8 день

Согласовано:

Директор:

| Примем пищу, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № ревиз-туры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103 | 150 | 7,25 | 11,42 | 23,70 | 183,80 | 103 | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414 | 150 | 2,50 | 1,50 | 10,60 | 64,30 | 414 | 2016 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН) | 30/5/10 | 4,40 | 6,70 | 14,60 | 141,60 | 3 | 2016 |
| Итого за прием пищи: | 345 | 14,15 | 19,62 | 48,90 | 389,70 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 100 | 0,50 | 0,13 | 9,80 | 41,70 | 399 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 100 | 0,50 | 0,13 | 9,80 | 41,70 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30 | 0,50 | 0,08 | 2,70 | 12,90 | 1,2,3,4,5 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43 | 150 | 3,30 | 3,16 | 9,80 | 80,90 | 43 | |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319 | 150 | 7,50 | 4,80 | 13,90 | 100,10 | 319 | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53 | 150 | 0,00 | 0,00 | 11,60 | 46,50 | 53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6 | 20 | 1,56 | 0,20 | 9,64 | 46,72 | 6 | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 20 | 1,25 | 0,20 | 8,26 | 39,60 | 7 | |
| Итого за прием пищи: | 520 | 14,11 | 8,44 | 55,90 | 326,72 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а | 150 | 4,90 | 4,30 | 14,00 | 118,30 | 85 а | |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411 | 150 | 0,00 | 0,00 | 11,30 | 45,00 | 411 | 2016 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6 | 20 | 1,56 | 0,20 | 9,64 | 46,72 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 320 | 6,46 | 4,50 | 34,94 | 210,02 | | |
| Всего за день: | 1285 | 35,22 | 32,69 | 149,54 | 968,14 | | |



Директор:

Суточное меню для обеспечения питанием детей дошкольного возраста 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием
на 29.04.2026 г.

8 день

Директор:



| Примечание | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103 | 180 | 8,70 | 13,70 | 28,40 | 220,60 | 103 | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414 | 180 | 3,00 | 2,50 | 15,50 | 95,60 | 414 | 2016 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН) | 30/5/10 | 4,40 | 6,70 | 14,60 | 141,60 | 3 | 2016 |
| Итого за прием пищи: | 405 | 16,10 | 22,90 | 58,50 | 457,80 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 150 | 0,80 | 0,20 | 14,70 | 62,60 | 399 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 150 | 0,80 | 0,20 | 14,70 | 62,60 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50 | 0,80 | 0,10 | 4,40 | 21,40 | 1,2,3,4,5 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43 | 180 | 4,00 | 3,80 | 11,70 | 97,00 | 43 | |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319 | 180 | 9,00 | 5,80 | 16,70 | 129,00 | 319 | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53 | 180 | 0,00 | 0,00 | 14,00 | 55,80 | 53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6 | 30 | 2,34 | 0,30 | 14,46 | 70,08 | 6 | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 30 | 1,88 | 0,30 | 12,40 | 59,40 | 7 | |
| Итого за прием пищи: | 650 | 18,02 | 10,30 | 73,66 | 432,68 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а | 180 | 5,90 | 5,20 | 16,80 | 142,00 | 85 а | |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411 | 180 | 0,10 | 0,00 | 14,30 | 57,00 | 411 | 2016 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6 | 30 | 2,34 | 0,30 | 14,46 | 70,08 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 390 | 8,34 | 5,50 | 45,56 | 269,08 | | |
| Всего за день: | 1595 | 43,26 | 38,90 | 192,42 | 1222,16 | | |

Утверждаю:

Согласовано: