



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 3-7 лет

Месяц 05 число 10 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ДЕНЬ 5	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	180	5,2	6,4	24,7	135,5	199
ЗАВТРАК	МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ						
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	7,6	32,4	411
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,1	5,9	9	106,2	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		410	7,3	12,3	41,3	274,1	
II ЗАВТРАК	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
ОБЕД	КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	60	0,9	7	2,8	86,1	50
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ						
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,8	4,6	9,1	86,7	99
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	200	12,9	6,4	31	259	264
	КИСЕЛЬ ИЗ СУХИХ ФРУКТОВ	200	0,3	0	22,9	87	239
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	ПРОМ
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,1	0,4	13,8	48	ПРОМ
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	17,9	18,6	91,6	612,5	
ПОЛДНИК	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	1,2	4,5	33	184,6	443
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	4,8	5	9	99	420
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	6	9,5	42	283,6	
УЖИН	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	50	0,4	0,1	0,8	5	71
	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200	12,7	12,5	13,8	267,9	232
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	180	0,9	0,2	18,2	82,8	418
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	ПРОМ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	ПРОМ
ИТОГО ЗА УЖИН		470	15,6	13,2	54	433,4	

Зав.производством

Скитнова О.А.