



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 3-7 лет

Месяц 10 число 10 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ДЕНЬ 3	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	5,3	24,7	135,5	199
ЗАВТРАК	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	3,2	12,5	99,2	416
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,1	5,9	9	106,2	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		410	10,2	14,4	46,2	340,9	
П ЗАВТРАК	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
ИТОГО ЗА П ЗАВТРАК		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
ОБЕД	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,7	2,7	7,1	55,7	41
	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАННОЙ	180	2,1	2,5	12,8	79,7	81
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,2	4,7	26,7	152	200
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	9,9	11,1	13,4	189,5	322
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	180	0,8	0,2	16,6	80,3	418
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,2	0,2	15	57,1	ПРОМ
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,1	0,4	13,8	48	ПРОМ
ИТОГО ЗА ОБЕД		705	19	21,8	105,4	662,3	
ПОЛДНИК	кондитерские изделия	50	0,8	1,2	42,3	177	
	кисломолочный продукт	200	4,8	5	9	99	420
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	5,6	6,2	51,3	276	
УЖИН	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	50	0,4	0,1	0,8	5	71
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	11,5	10,6	17,8	203,3	346
	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0	0	4,9	20,9	264
	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		490	13,5	11,1	44,7	306,9	

Зав.производством