

УТВЕРЖДАЮ

И.о. Заведующего МАДОУ

Детский сад №3

Е.И. Кузьмина

Ежедневное меню сновного питания детей

Дата: 24 июня 2025 г. Возрастная категория: 1-3 года

| Прием пищи                | Наименование блюда             | Вес блюда гр | Энергетич.цен |
|---------------------------|--------------------------------|--------------|---------------|
| ЗАВТРАК                   | Суп молочный с рисом           | 150          | 87,2          |
|                           | Бутерброд с маслом и сыром     | 50           | 160,9         |
|                           | Какао с молоком                | 150          | 93,2          |
|                           | ИТОГО ЗАВТРАК                  | 350          | 341,3         |
| 2-й ЗАВТРАК               | Сок фруктовый                  | 100          | 69            |
|                           | ИТОГО 2-й ЗАВТРАК              | 100          | 69            |
| ОБЕД                      | Салат картофельный с зел гор   | 30           | 46,9          |
|                           | Борщ из свежей капусты со смет | 155          | 74,7          |
|                           | Котлета рыбная любительс       | 50           | 111,6         |
|                           | Соус красный основной          | 30           | 18,8          |
|                           | Картофельное пюре              | 120          | 127,6         |
|                           | Компот из сухофруктов          | 150          | 77,6          |
|                           | Хлеб пшеничный                 | 15           | 33,9          |
|                           | Хлеб ржаной                    | 25           | 53,5          |
|                           | ИТОГО ОБЕД                     | 575          | 544,6         |
| Уплотненный               | Запеканка из творога           | 100          | 194           |
|                           | Молоко сгущенное               | 50           | 53,65         |
|                           | Печенье                        | 30           | 125           |
|                           | Чай с сахаром                  | 150          | 42            |
|                           | Хлеб пшеничный                 | 20           | 45,2          |
| Итого уплотненный полдник |                                | 350          | 459,85        |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ             |                                | 1375         | 1414,75       |

УТВЕРЖДАЮ

И.о. Заведующего МАДОУ

Детский сад №3

Е.И. Кузьмина

Ежедневное меню сновного питания детей

Дата: 24 июня 2025 г. Возрастная категория: 3-7 года

| Прием пищи                | Наименование блюда             | Вес блюда гр | Энергетич.цен |
|---------------------------|--------------------------------|--------------|---------------|
| ЗАВТРАК                   | Суп молочный с рисом           | 200          | 151,1         |
|                           | Бутерброд с маслом и сыром     | 50           | 160,9         |
|                           | Какао с молоком                | 180          | 111,8         |
|                           | ИТОГО ЗАВТРАК                  | 430          | 423,8         |
| 2-й ЗАВТРАК               | Сок фруктовый                  | 100          | 69            |
|                           | ИТОГО 2-й ЗАВТРАК              | 100          | 69            |
| ОБЕД                      | Салат картофельный с зел гор   | 45           | 70,35         |
|                           | Борщ из свежей капусты со смет | 207          | 100           |
|                           | Котлета рыбная любительс       | 70           | 156           |
|                           | Соус красный основной          | 50           | 31,25         |
|                           | Макаронны отварные             | 150          | 214           |
|                           | Напиток апельсиновый           | 180          | 85,8          |
|                           | Хлеб пшеничный                 | 30           | 67,8          |
|                           | Хлеб ржаной                    | 40           | 85,6          |
|                           | ИТОГО ОБЕД                     | 772          | 810,8         |
| Уплотненный               | Запеканка из творога           | 100          | 194           |
|                           | Молоко сгущенное               | 50           | 53,65         |
|                           | Печенье                        | 30           | 125           |
|                           | Чай с сахаром                  | 180          | 53,3          |
|                           | Хлеб пшеничный                 | 30           | 67,8          |
| Итого уплотненный полдник |                                | 390          | 493,75        |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ             |                                | 1692         | 1797,35       |