

**Ежедневное меню 1-3 лет с 9-10 часовым пребыванием**

Утверждаю:  
Директор:

Согласовано:  
Директор:

дата 17.10.2025

Иванов А.В.



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>5 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85	150	6,30	8,32	19,80	112,62	85	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3	2016
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00	411	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>345</b>	<b>10,70</b>	<b>15,02</b>	<b>45,70</b>	<b>299,22</b>		
<b>II Завтрак</b>							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70	399	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,13</b>	<b>9,80</b>	<b>41,70</b>		
<b>Обед</b>							
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	150	1,10	2,20	6,60	53,60	135	2011
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 315	120/15	10,60	6,80	15,00	164,00	315	
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>475</b>	<b>14,51</b>	<b>9,40</b>	<b>51,10</b>	<b>350,42</b>		
<b>Полдник</b>							
БУЛОЧКА №39	50	4,70	7,00	26,20	185,60	39	
КАКАО С МОЛОКОМ №416	150	3,10	2,70	13,10	89,10	416	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>7,8</b>	<b>9,7</b>	<b>39,3</b>	<b>274,7</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>1120</b>	<b>33,51</b>	<b>34,25</b>	<b>145,90</b>	<b>966,04</b>		

**Ежедневное меню 3-7 лет с 9-10 часовым пребыванием.**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>5 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85	180	7,56	10,00	23,76	135,14	85	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	3	2016
ЧАЙ С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	14,30	57,00	411	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>405</b>	<b>12,06</b>	<b>16,70</b>	<b>52,66</b>	<b>333,74</b>		
<b>II Завтрак</b>							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	14,70	62,60	399	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>14,70</b>	<b>62,60</b>		
<b>Обед</b>							
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	180	1,35	2,70	7,90	64,50	135	2011
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 315	160/30	14,12	9,04	20,26	219,00	315	
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>610</b>	<b>19,69</b>	<b>12,34</b>	<b>69,02</b>	<b>468,78</b>		
<b>Полдник</b>							
БУЛОЧКА №39	50	4,70	7,00	26,20	185,60	39	
КАКАО С МОЛОКОМ №416	180	4,10	3,60	17,40	118,80	416	2016
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>8,80</b>	<b>10,60</b>	<b>43,60</b>	<b>304,40</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>1395</b>	<b>41,35</b>	<b>39,84</b>	<b>179,98</b>	<b>1169,52</b>		