Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

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

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

5 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Завтрак** | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85 | 180 | 7,56 | 10,00 | 23,76 | 135,14 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН) | 30/5/10 | 4,40 | 6,70 | 14,60 | 141,60 |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411 | 180 | 0,10 | 0,00 | 14,30 | 57,00 |
| **Итого за прием пищи:** | **405** | **12,06** | **16,70** | **52,66** | **333,74** |
| **II Завтрак** | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 150 | 0,80 | 0,20 | 14,70 | 62,60 |
| **Итого за прием пищи:** | **150** | **0,80** | **0,20** | **14,70** | **62,60** |
| **Обед** | | | | | |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135 | 180 | 1,35 | 2,70 | 7,90 | 64,50 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 315 | 160/30 | 14,12 | 9,04 | 20,26 | 219,00 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53 | 180 | 0,00 | 0,00 | 14,00 | 55,80 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6 | 30 | 2,34 | 0,30 | 14,46 | 70,08 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 30 | 1,88 | 0,30 | 12,40 | 59,40 |
| **Итого за прием пищи:** | **610** | **19,69** | **12,34** | **69,02** | **468,78** |
| **Полдник** | | | | | |
| БУЛОЧКА №39 | 50 | 4,70 | 7,00 | 26,20 | 185,60 |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(КЕФИР) | 200 | 6,66 | 5,55 | 8,88 | 253,30 |
| **Итого за прием пищи:** | **250** | **11,36** | **12,55** | **35,08** | **438,90** |
| **Всего за день:** | **1415** | **43,91** | **41,79** | **171,46** | **1304,02** |