



Согласовано

Заведующий

МОУ Центра развития ребенка №14

Т.Ф.Решетникова

Меню для детей дошкольного возраста 3-7 лет

27.04.2026

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180	8,3	4,2	35,7	213,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4
<b>II завтрак</b>					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
<b>Обед</b>					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,6	7,2	70,2
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	14,4	13,6	14,7	241,5
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
<b>Уплотненный полдник</b>					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	6,6	3,1	122,6
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9	18,5	124,4
ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	3,9	28,9	167,3