



Согласовано

Заведующий Центром  
 МОУ Центр развития ребенка №11  
 1703852

Утверждено:

ООО «Алекс»  
 ИНН 3443054280  
 1703852  
 ИП ОУ Центр А.В. Кондакова  
 КРА пр-кт им. Герцена Сталинграда, 98

МЕНЮ на \_\_\_\_\_ 20.04.26

Для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

| Прием пищи                   | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                              |  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                      | Икра кабачковая консервированная               | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          |
|                              | Омлет натуральный                              | 150          | 15,3             | 18,9    | 2,9         | 249,4                         |
|                              | Чай с молоком                                  | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,6        | 97,3                          |
|                              | Батон  | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |
| Итого за завтрак             |  | 430          | 21,6             | 26,8    | 37,8        | 484,8                         |
| 2 Завтрак                    | Сок яблочно-апельсиновый                       | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          |
|                              | Итого за 2 завтрак                             | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          |
| Обед                         | Огурец соленый                                 | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |
|                              | Суп с макаронными изделиями на курином бульоне | 180          | 2,7              | 2,0     | 15,2        | 90,0                          |
|                              | Птица тушеная в соусе с овощами                | 150          | 14,4             | 13,6    | 14,7        | 241,5                         |
|                              | Компот из сушеных фруктов                      | 200          | 0,0              | 0,0     | 15,5        | 61,9                          |
|                              | Хлеб пеклеваный                                | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |
|                              | Хлеб пшеничный                                 | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |
|                              | Итого за обед                                  | 670          | 23,9             | 16,4    | 88,4        | 599,9                         |
| Уплотненный полдник          | Котлеты  | 70           | 11,6             | 15,2    | 11,0        | 234,5                         |
|                              | Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)         | 150          | 8,1              | 5,6     | 36,9        | 234,4                         |
|                              | Чай с сахаром                                  | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          |
|                              | Хлеб пшеничный                                 | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |
| Итого за уплотненный полдник | 450  | 22,1         | 21,0             | 72,8    | 579,3       |                               |
| Всего за день:               |  | 68,6         | 64,4             | 218,6   | 1 807,4     |                               |

Повар *Шубина СВ*