

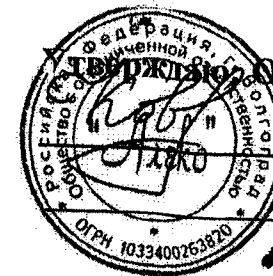
Согласовано

*Заведующий МОУ
Детским садом № 308*

Жаппаров

2026.

для детей до



Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Весна-Лето

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования
на 19.08.2026 г.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 Вариант 18								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)							
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №104	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	392	2011
Итого за завтрак	БАТОН	10	2,3	3,0	0,0	36,4	7	2011
		25	1,9	0,7	12,9	65,5		
		420	12,1	9,2	61,2	337,0		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)							
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2	368	2011
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	399	2011
Обед		400	1,8	1,0	38,6	174,6		
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,7	2,9	4,1	45,6	33	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №43	
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК №67	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0	372	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2		
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
		610	37,9	38,5	85,8	848,2		
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)							
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №65	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	2,8	5,9	14,9	134,6	344	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	393	2011
Итого за Уплотненный полдник		20	1,5	0,1	9,7	46,0		
Всего за день:		467	14,8	18,4	45,6	427,8		
Ответственное лицо			66,6	67,1	221,2	1 787,4		