

"Утверждаю "

Директор \_\_\_\_\_



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

05.06.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

4 день



| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры    | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|-----------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |                 |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                     | 200          | 6,1              | 2,9     | 31,0        | 173,8                            | 185             | 2011                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                                                                                        | 180          | 3,0              | 2,5     | 15,5        | 95,6                             | 395             | 2011                |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6                                                                                                    | 5            | 0,0              | 3,6     | 0,0         | 37,4                             | 6               | 2011                |
| БАТОН №5                                                                                                               | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                             | ТТК №5          |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 415          | 11,4             | 9,9     | 61,9        | 385,4                            |                 |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                                                                                            | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,5         | 45,6                             | 368             | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,5         | 45,6                             |                 |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,8              | 0,1     | 4,4         | 21,4                             | ТТК № 1,2,3,4,5 |                     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57                                                                                       | 200          | 1,5              | 4,0     | 10,0        | 82,5                             | 57              | 2011                |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304                                                                                                     | 150          | 25,4             | 27,3    | 25,3        | 454,3                            | 304             | 2011                |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                                                                                         | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,8                             | 376             | 2011                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                         | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                             | ТТК №6          |                     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                                            | 30           | 2,0              | 0,3     | 12,7        | 61,2                             | ТТК №7          |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 640          | 32,0             | 31,9    | 81,5        | 746,2                            |                 |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |                 |                     |
| ВАФЛИ                                                                                                                  | 50           | 1,4              | 1,7     | 38,7        | 177,0                            | ТТК № 10        |                     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №394                                                                                                     | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,6        | 97,6                             | 394             | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 250          | 4,4              | 4,2     | 54,3        | 274,6                            |                 |                     |
| Всего за день:                                                                                                         |              | 48,2             | 46,4    | 207,2       | 1 451,8                          |                 |                     |

"Утверждаю  
Директор



# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 1-3 лет



составлено  
Л.А. Мухоморова

4 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-<br>туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|------------------|---------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |                  |                     |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |                  |                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                     | 150          | 4,5              | 2,1     | 24,3        | 134,0                            | 185              | 2011                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395                                                                                        | 150          | 2,5              | 1,5     | 10,6        | 64,3                             | 395              | 2011                |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6                                                                                                    | 5            | 0,0              | 3,6     | 0,0         | 37,4                             | 6                | 2011                |
| БАТОН №5                                                                                                               | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                             | ТТК №5           |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 335          | 9,3              | 8,1     | 50,3        | 314,3                            |                  |                     |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                                  |                  |                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368                                                                                            | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,5         | 45,6                             | 368              | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,5         | 45,6                             |                  |                     |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |                  |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,5              | 0,1     | 2,7         | 12,9                             | ТТК № 1,2,3,4,5  |                     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57                                                                                       | 150          | 1,2              | 3,0     | 7,5         | 61,8                             | 57               | 2011                |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304                                                                                                     | 130          | 22,0             | 20,5    | 19,0        | 340,7                            | 304              | 2011                |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376                                                                                         | 150          | 0,0              | 0,0     | 11,6        | 46,5                             | 376              | 2011                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                                         | 20           | 1,5              | 0,1     | 10,0        | 47,4                             | ТТК №6           |                     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                                            | 20           | 1,3              | 0,2     | 8,5         | 40,8                             | ТТК №7           |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 500          | 26,5             | 23,9    | 59,3        | 550,1                            |                  |                     |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |                  |                     |
| ВАФЛИ                                                                                                                  | 50           | 1,4              | 1,7     | 38,7        | 177,0                            | ТТК № 10         |                     |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ № 394                                                                                                    | 150          | 2,3              | 1,9     | 11,7        | 73,2                             | 394              | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 200          | 3,7              | 3,6     | 50,4        | 250,2                            |                  |                     |
| Всего за день:                                                                                                         |              | 39,9             | 36,0    | 169,5       | 1 160,2                          |                  |                     |