Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

им П.С. Гапоненко

Коваленко Т.Е.

МЕНЮ

на «09»ноября 2026 г.

от 1,6 до 3 лет

Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, калл	Приём пищи ,наименование блюда	Масса порции, г
белки	жиры	углеводы			
				Завтрак :	
8.86	5.98	39.81	248	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	100
4,73	6,88	14,56	139	2.Батон с крошкой	30
0,07	0,01	7,10	29	3.Чай с лимоном и сахаром	150/7/5
				Обед:	
2.23	2.62	10.24	73.6	1.Рассольник на курином бульоне со сметаной	150
6,43	8,4	2,27	94,5	2.Гуляш куриный	50
5.68	4.36	27.25	171	Лапша отварная со сливочным маслом	100
0,3	0,01	21,03	85,6	3.Компот с сухофруктами.	150
2.37	0.3	14.49	71	4.Хлеб пшеничный	40
				Полдник:	
				1.Пряники	30
0,04	0,01	6,99	28	2. Чай.	150
				Ужин:	
0,54	2,46	3,076	36,64	1.Винегрет с зелёным горошком	30
2,04	3,2	13,62	91,5	Картофельное пюре	100
0,04	0,01	6,99	28	2. Чай с сахаром	150/5
2.37	0.3	14.49	71	3.Хлеб пшеничный	20
35,7	34,5	181,91	1166,84		292/490/180/305

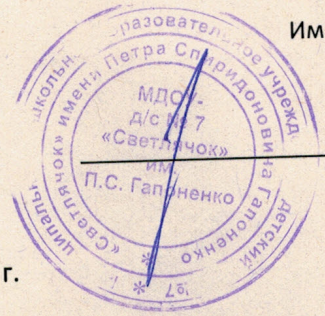
Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Г. Черепаново

Коваленко Т.Е.



МЕНЮ

на «09» ноября 2026 г.

от 3 до 7 лет

Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, калл	Приём пищи ,наименование блюда	Масса порции,г
белки	жиры	углеводы			
				Завтрак :	
11.79	6.77	53.06	320	1.Каша гречневая со сливочным маслом рассыпчатая	150
6,68	8,45	19,39	180	2.Батон с крошкой	30
0.07	0.01	7.10	29	3.Чай с лимоном и сахаром	180/10/7
				Обед:	
2.79	3.28	12.88	92	1.Рассольник на курином бульоне со сметаной	180
7,50	9,80	2,65	110,25	2.Гуляш куриный	70
7.57	4.63	36.31	217	Лапша отварная со сливочным маслом	150
0,4	0,01	25,24	102,7	3.Компот сухофрукты.	180
3.3	0.5	24.15	118	4. Хлеб пшеничный.	40
				Полдник:	
				1.Пряники	50
0,06	0,02	9,99	40	2. Чай	180
				Ужин:	
0,81	3,69	4,61	54,96	1.Винегрет с зелёным горошком	50
3.09	4.85	20.6	138.6	Картофельное пюре	130
0,06	0,02	9,99	40	2. Чай с сахаром	180/10
3.3	0.5	24.15	118	3.Хлеб пшеничный	30
47,42	42,53	250,12	1560,51		377/620/230/400

Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Г. Черепаново

Коваленко Т.Е.

МЕНЮ

на «09» ноября 2026 г.

от 3 до 7 лет

Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность, калл	Приём пищи ,наименование блюда	Масса порции,г
белки	жиры	углеводы			
				Завтрак :	
11.79	6.77	53.06	320	1.Каша гречневая со сливочным маслом рассыпчатая	150
3,3	0,5	24,15	59	2.Хлеб ржано-пшеничный	30
0.07	0.01	0,3	0,38	3.Чай с лимоном	180/10
				Обед:	
2.79	3.28	12.88	92	1.Рассольник на курином бульоне со сметаной	180
7,50	9,80	2,65	110,25	2.Гуляш куриный	70
7.57	4.63	36.31	217	Лапша отварная со сливочным маслом	150
0,4	0,01	25,24	102,7	3.Компот сухофрукты.	180
3.3	0.5	24.15	118	4. Хлеб ржано-пшеничный.	60
				Полдник:	
3,26	4,03	29,14	166	1 Бутерброд с маслом	30/5
0,07	0,01	0,3	0,38	2. Чай	180
				Ужин:	
0,81	3,69	4,61	54,96	1.Винегрет с зелёным горошком	50
3.09	4.85	20.6	138.6	Картофельное пюре	130
0,07	0,01	0,3	0,38	2. Чай	180
3.3	0.5	24.15	59	3.Хлеб ржано- пшеничный	30
47,42	42,53	250,12	1560,51		370/640/245/390