

Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»



И.П.С. Гапоненко

Коваленко Т.Е.

## МЕНЮ

на «04» августа 2026 г.

от 1,6 до 3 лет

| Пищевые вещества, г. |       |          | Энергетическая ценность, калл | Приём пищи ,наименование блюда                      | Масса порции, г     |
|----------------------|-------|----------|-------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------|
| белки                | жиры  | углеводы |                               |                                                     |                     |
|                      |       |          |                               | <b>Завтрак :</b>                                    |                     |
| 4,05                 | 5,69  | 25,25    | 168                           | 1. Каша ячневая молочная со сливочным маслом        | 130                 |
|                      |       |          |                               | 2. Батон со сгущенным молоком                       | 30                  |
| 0,04                 | 0,01  | 6,99     | 28                            | 3. Чай с сахаром.                                   | 150/5               |
|                      |       |          |                               | <b>Обед:</b>                                        |                     |
| 1.63                 | 4.00  | 11.28    | 87.8                          | 1. Борщ картофельный на курином бульоне со сметаной | 150                 |
| 0,05                 | 0     | 0,111    | 0,825                         | 2. Огурец солёный                                   | 25                  |
| 15.1                 | 12.7  | 26.76    | 282                           | 2. Плов из птицы.                                   | 160                 |
| 0,33                 | 0,01  | 21,03    | 85,60                         | 3. Компот из кураги.                                | 150                 |
| 2.37                 | 0.3   | 14.49    | 71                            | 4. Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный.                | 20/20               |
|                      |       |          |                               | <b>Полдник:</b>                                     |                     |
| 2,45                 | 3,93  | 21,06    | 129                           | 1.Бутерброд с повидлом                              | 20/8                |
| 0,51                 | 0,21  | 14,23    | 61                            | 2.Отвар шиповника.                                  | 150                 |
|                      |       |          |                               | <b>Ужин:</b>                                        |                     |
| 6,2                  | 8,6   | 32,4     | 232                           | 1. Каша «Дружба» со сливочным маслом молочная       | 130                 |
| 0,04                 | 0,01  | 6,99     | 28                            | 2.Чай с сахаром.                                    | 150/5               |
| 2.37                 | 0.3   | 14.49    | 71                            | 3. Хлеб пшеничный.                                  | 20                  |
| 35,14                | 35,76 | 195,081  | 1244,225                      |                                                     | 315/525/<br>178/305 |

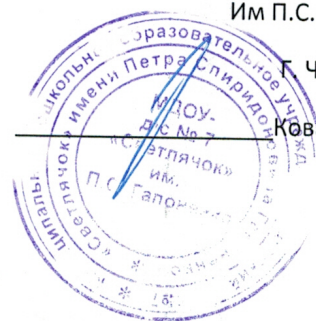
Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Г. Черепаново

Коваленко Т.Е.



# МЕНЮ

на « 04»августа 2026 г.

от 3 до 7 лет

| Пищевые вещества, г. |       |              | Энергетическая ценность, калл | Приём пищи ,наименование блюда                      | Масса порции, г     |
|----------------------|-------|--------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------|
| белки                | жиры  | углевод<br>ы |                               |                                                     |                     |
|                      |       |              |                               | <b>Завтрак :</b>                                    |                     |
| 2.45                 | 7.55  | 14.26        | 136                           | 1. Каша ячневая молочная со сливочным маслом        | 150                 |
|                      |       |              |                               | 2. Батон со сгущенным молоком                       | 30                  |
| 4,39                 | 4,20  | 28,30        | 169                           | 3. Чай с сахаром.                                   | 180/10              |
|                      |       |              |                               | <b>Обед:</b>                                        |                     |
| 2,04                 | 5,002 | 14,10        | 109,7                         | 1. Борщ картофельный на курином бульоне со сметаной | 180                 |
| 0,05                 | 0     | 0,1          | 0,82                          | 2. Огурец солёный                                   | 25                  |
| 20,3                 | 17,00 | 35,69        | 377                           | 2. Плов из птицы.                                   | 200                 |
| 0,4                  | 0,01  | 25,24        | 102,7                         | 3. Компот из кураги.                                | 180                 |
| 3.3                  | 0.5   | 24.15        | 118                           | 4. Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный.                | 60                  |
|                      |       |              |                               | <b>Полдник:</b>                                     |                     |
| 3,26                 | 4,03  | 29,14        | 166                           | 1.Бутерброд с повидлом                              | 40/15               |
| 0,51                 | 0,21  | 14,23        | 61                            | 2.Отвар шиповника.                                  | 180                 |
|                      |       |              |                               | <b>Ужин:</b>                                        |                     |
| 6,2                  | 8,6   | 32,4         | 232                           | 1. Каша «Дружба» со сливочным маслом молочная       | 150                 |
| 0,06                 | 0,02  | 9,99         | 40                            | 2.Чай с сахаром.                                    | 180/10              |
| 3,3                  | 0,5   | 24,15        | 118                           | 3. Хлеб пшеничный.                                  | 30                  |
| 46,26                | 59,37 | 251,74       | 1630,22                       |                                                     | 370/645/2<br>35/370 |



Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

ИМ П.С. Гапоненко

Г. Черепаново

Коваленко Т.Е.



## МЕНЮ

на « 04»августа 2026 г.

от 3 до 7 лет

| Пищевые вещества, г. |       |              | Энергетическая ценность, калл | Приём пищи ,наименование блюда                      | Масса порции, г     |
|----------------------|-------|--------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------|
| белки                | жиры  | углевод<br>ы |                               |                                                     |                     |
|                      |       |              |                               | <b>Завтрак :</b>                                    |                     |
| 2,45                 | 7,55  | 14,26        | 136                           | 1. Каша ячневая молочная со сливочным маслом        | 150                 |
| 3,3                  | 0,5   | 24,15        | 59                            | 2. Хлеб ржано-пшеничный                             | 30                  |
| 0,07                 | 0,01  | 0,3          | 0,38                          | 3. Чай                                              | 180                 |
|                      |       |              |                               | <b>Обед:</b>                                        |                     |
| 2,04                 | 5,002 | 14,10        | 109,7                         | 1. Борщ картофельный на курином бульоне со сметаной | 180                 |
| 0,05                 | 0     | 0,1          | 0,82                          | 2. Огурец солёный                                   | 25                  |
| 20,3                 | 17,00 | 35,69        | 377                           | 2. Плов из птицы.                                   | 200                 |
| 0,4                  | 0,01  | 25,24        | 102,7                         | 3. Компот из кураги.                                | 180                 |
| 3,3                  | 0,5   | 24,15        | 59                            | 4. Хлеб ржано-пшеничный.                            | 60                  |
|                      |       |              |                               | <b>Полдник:</b>                                     |                     |
| 3,26                 | 4,03  | 29,14        | 166                           | 1.Бутерброд с маслом                                | 30/5                |
| 0,51                 | 0,21  | 14,23        | 61                            | 2.Отвар шиповника.                                  | 180                 |
|                      |       |              |                               | <b>Ужин:</b>                                        |                     |
| 6,2                  | 8,6   | 32,4         | 232                           | 1. Каша «Дружба» со сливочным маслом молочная       | 150                 |
| 0,07                 | 0,01  | 0,3          | 0,38                          | 2.Чай                                               | 180                 |
| 3,3                  | 0,5   | 24,15        | 59                            | 3. Хлеб ржано- пшеничный.                           | 30                  |
| 46,26                | 59,37 | 251,74       | 1630,22                       |                                                     | 360/645/2<br>15/360 |