Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Коваленко Т.Е.

МЕНЮ

на «02» 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 :	
5.68	4.36	27.25	171	1.Лапша отварная со сливочным маслом	100
				2.Батон с крошкой	30
0,07	0,01	7,10	29	3.Чай с лимоном и сахаром	150/7
				Обед:	
5,1	1,72	16,9	114,24	1.Суп с клецками на курином бульоне	150
10,6	6,81	15,03	164	2.Голубцы ленивые	135
17,62	49,96	70,24	801	Сметанный соус	15
0.12	0.12	18.09	73.93	3. компот из свежих яблок	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:	
6,87	6,72	11,46	133,8	1.Суп с консервой «Сайра» с сухарями	150
0,04	0,01	6,99	28	2. Чай с сахаром	150/7
48,51	70,02	194,54	1613,97		297/454/180/307

Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Г. Черепаново

Коваленко Т.Е.



МЕНЮ

на «02» 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 :	
7.57	4.63	36.31	217	Лапша отварная со сливочным маслом	130
				2.Батон с крошкой	30
0.07	0.01	7.10	29	3.Чай с лимоном и сахаром	180/10/7
				Обед:	
6,37	2,15	21,125	142,8	1.Суп с клецками на курином бульоне	180
14,1	9,08	20,04	218,67	2.Голубцы ленивые	190
17,6	49,9	70,24	801	Сметано-томатный соус	30
0.16	0.16	23.88	97.6	3. Компот из свежих яблок	180
3.3	0.5	24.15	118	4. Хлеб пшеничный.	60
				Полдник:	
				1.Пряники	50
0,06	0,02	9,99	40	2. Чай	180
				Ужин:	
8,59	8,40	14,33	167,25	1.Суп с консервой «Сайра» с сухарями	180
0,06	0,02	9,99	40	2. Чай с сахаром	180/10
57,88	74,87	237,155	1871,32		357/640//240/370

Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Г. Черепаново

Коваленко Т.Е.



МЕНЮ

на «02»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 :	
7.57	4.63	36.31	217	Лапша отварная со сливочным маслом	130
3,3	0,5	24,15	35,4	2.Хлеб ржано-пшеничный	30
0.07	0.01	7.10	29	3.Чай с лимоном	180/10
				Обед:	
6,37	2,15	21,125	142,8	1.Суп с клецками на курином бульоне	180
14,1	9,08	20,04	218,67	2.Голубцы ленивые	190
17,6	49,9	70,24	801	Сметано-томатный соус	30
0.16	0.16	23.88	97.6	3. компот из свежих яблок	180
3.3	0.5	24.15	70,8	4. Хлеб ржано- пшеничный.	60
				Полдник:	
3,26	4,03	29,14	166	1.Бутерброд с маслом	30/5
0,06	0,02	9,99	40	2. Чай	180
				Ужин:	
8,59	8,40	14,33	167,25	1.Суп с консервами «Сайра»	180
0,07	0,01	0,3	0,38	2. Чай	180
3,3	0,5	24,15	35,4	3.Хлеб ржано-пшеничный	30
57,88	74,87	237,155	1871,32		350/640//215/390