Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Коваленко Т.Е.

МЕНЮ

на «10» 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 :	
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
				Обед:	
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
				Полдник:	
2,45	3,93	21,06	129	1.Бутерброд с повидлом	20/8
0,51	0,21	14,23	61	2.Отвар шиповника.	150
				Ужин:	
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		315/525/178/305

Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Г. Черепаново

Коваленко Т.Е.

МЕНЮ

на « 10» 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 :	
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
				Обед:	
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
				Полдник:	
3,26	4,03	29,14	166	1.Бутерброд с повидлом	40/15
0,51	0,21	14,23	61	2.Отвар шиповника.	180
				Ужин:	
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		370/645/235/370

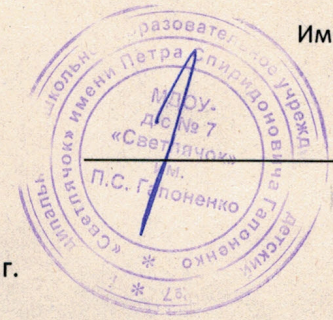
Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Г. Черепаново

Коваленко Т.Е.



МЕНЮ

на « 10»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 :	
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
				Обед:	
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
				Полдник:	
3,26	4,03	29,14	166	1.Бутерброд с маслом	30/5
0,51	0,21	14,23	61	2.Отвар шиповника.	180
				Ужин:	
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		360/645/215/360