Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Г. Черепаново

Коваленко Т.Е.

МЕНЮ

на «12» 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 :	
4,6	4,16	15,07	116,16	1. Лапша молочная со сливочным маслом	10
				2. Батон со сгущенным молоком	30
0,04	0,01	6,99	28	3. Чай с сахаром.	150/5
				Обед:	
1,29	3,89	5,39	61,8	1. Щи из свежей капусты со сметаной.	150
8,62	2,67	5,33	80	2.Котлета рыбная	50
8.86	5.98	39.81	248	Каша гречневая со сливочным маслом рассыпчатая	100
0,3	0,01	21,03	85,6	3. Компот с сухофруктами.	150
2.37	0.3	14.49	71	4. Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный.	20/20
				Полдник:	
				1.Печенье разное	20
2,655	2,32	11,31	76,99	2. Чай с сахаром	150
				Ужин:	
2,68	3,2	20,4	121,87	1.Каша пшеничная жидкая молочная со сливочным маслом	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
34,840	22,68	153,2	951,43		315/490/170/305

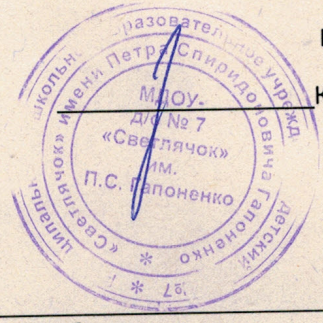
Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Г. Черепаново

Коваленко Т.Е.



МЕНЮ

на «12» 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 :	
6,11	5,54	20,04	154,46	1. Лапша молочная со сливочным маслом	150
				2. Батон со сгущенным молоком	30
0,06	0,02	9,99	40	3. Чай с сахаром.	180/10
				Обед:	
1,62	4,8	6,73	77,25	1. Щи из свежей капусты со сметаной.	180
11,45	3,55	6,79	105	2.Котлета рыбная	70
11.79	6.77	53.06	320	Каша гречневая со сливочным маслом рассыпчатая	130
0.352	1.27	2.42	22.57	3. Компот с сухофруктами.	180
0,4	0,01	25,24	102,7	4. Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный.	40/20
				Полдник:	
				1.Печенье разное	50
0,06	0,02	9,99	40	2. Чай с сахаром	180
				Ужин:	
3,1	3,7	23,63	140,62	1.Каша пшеничная жидкая молочная со сливочным маслом	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
42,544	29,43	189,0	1160,6		370/620/230/370

Утверждаю:

Заведующая д/с №7 «Светлячок»

Им П.С. Гапоненко

Г. Черепаново

Коваленко Т.Е.

МЕНЮ

на «12» 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 :	
6,11	5,54	20,04	154,46	1. Лапша молочная со сливочным маслом	150
3,3	0,5	24,15	35,4	2 Хлеб ржано-пшеничный	30
0,06	0,02	9,99	40	3. Чай	180
				Обед:	
1,62	4,8	6,73	77,25	1. Щи из свежей капусты со сметаной.	180
11,45	3,55	6,79	105	2.Котлета рыбная	70
11.79	6.77	53.06	320	Каша гречневая со сливочным маслом рассыпчатая	130
0.352	1.27	2.42	22.57	3. Компот с сухофруктами.	180
3,3	0,5	24,15	70,8	4. Хлеб ржано-пшеничный.	60
				Полдник:	
3,26	4,03	29,14	166	1 Бутерброд со сливочным маслом	30/5
0,06	0,02	9,99	40	2. Чай	180
				Ужин:	
3,1	3,7	23,63	140,62	1.Каша пшеничная жидкая молочная со сливочным маслом	150
0,07	0,01	0,3	0,38	2.Чай	180
3.3	0.5	24.15	35,4	3. Хлеб ржано- пшеничный.	30
42,544	29,43	189,0	1160,6		360/620/215/360