10 ноября

Согласовано
Заведующий ГБДОУ № 15 Т. Сборщик
2026

Утверждаю
Генеральный директор
Ляско М.З.
12.01.2026

МЕНЮ
от 3-7 лет (12 часов)

7 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	4,2	10,0	69,0
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,2	5,0	28,6	214,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77,0
Итого за прием пищи:	**410**	**10,8**	**12,0**	**52,2**	**360,0**
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	120	2,7	3,0	13,0	90,0
Итого за прием пищи:	**120**	**2,7**	**3,0**	**13,0**	**90,0**
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,4	0,1	4,5	41,3
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,6	5,7	30,6	179,1
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	10,6	14,3	21,5	249,5
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,4	0,1	16,0	66,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	**670**	**18,9**	**21,0**	**91,4**	**630,0**
Уплотненный полдник					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,1	4,6	0,3	63,0
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	1,5	0,1	11,0	35,2
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	5,9	12,8	36,0	293,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,3	17,0	81,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	5,9	23,9
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,9	0,2	8,1	43,0
Итого за прием пищи:	**560**	**16,2**	**18,0**	**78,3**	**540,0**
Всего за день:		**48,6**	**54,0**	**234,9**	**1 620,0**