

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 127

13.08.2026

Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.З.

МЕНЮ от 3-7 лет (12 часов)

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,6	0,6	14,8	70,4
КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,6	9,1	15,5	169,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,6	2,3	22,0	120,0
Итого за прием пищи:	410	10,8	12,0	52,3	360,0
II Завтрак					
КЕФИР С САХАРОМ	100/5	2,7	3,0	13,0	90,0
Итого за прием пищи:	105	2,7	3,0	13,0	90,0
Обед					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,0	7,6	6,0	96,0
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,5	5,0	8,9	95,7
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	8,0	6,6	16,8	128,7
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	1,5	0,1	11,0	35,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	11,0	88,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,3	17,0	81,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Итого за прием пищи:	740	18,9	21,0	91,3	630,0
Уплотненный полдник					
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	6,6	7,0	5,0	83,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	5,6	4,6	13,5	142,8
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,5	0,0	29,7	122,4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,9	0,2	8,1	43,0
ПЕЧЕНЬЕ	40	2,6	6,2	22,0	148,7
Итого за прием пищи:	520	16,2	18,0	78,3	540,0
Всего за день:		48,6	54,0	234,9	1 620,0