

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 127.

Е.П. Карпова

30.09.2026

Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.З.

МЕНЮ

от 3-7 лет (12 часов)

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7,0	62,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	50	1,0	1,8	3,0	22,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5,3	4,9	22,3	193,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,3	1,2	20,0	82,2
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 "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	50	0,6	3,8	3,0	47,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНУЮ ПЕТРУШКИ	200	4,0	4,6	5,3	96,6
МЯСО ТУШЕНОЕ	70	6,4	8,4	7,0	102,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	3,6	3,2	26,0	145,0
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	22,7	105,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,3	17,0	81,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	690	18,9	21,0	91,3	630,0
Уплотненный полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ(СЛАДКИМ)	150	7,1	11,6	36,9	278,6
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,1	5,3	10,1	113,0
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1,5	0,5	21,0	96,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	470	16,2	18,0	78,3	540,0
Всего за день:		48,6	54,0	234,9	1 620,0