

**Ежедневное меню**

Возрастная категория от

1,5 г до 3 лет, с 3 до 7 лет

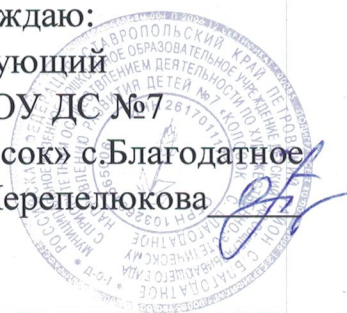
Утверждаю:

Заведующий

МКДОУ ДС №7

«Колосок» с.Благодатное

О.В.Перепелюкова



26.06.2025

| Прием пищи              | Наименование блюда                | Вес блюда |             | Энергетическая ценность |               |
|-------------------------|-----------------------------------|-----------|-------------|-------------------------|---------------|
|                         |                                   | 1,5-3     | 3-7         | 1,5-3                   | 3-7           |
| Неделя 1<br>День 4      |                                   |           |             |                         |               |
| Завтрак                 | Макароны отварные с сыром         | -         | 200         | -                       | 181           |
|                         | Хлеб пшеничный                    | -         | 40          | -                       | 96,8          |
|                         | Чай с сахаром                     | -         | 180         | -                       | 50,4          |
| <b>Итого за завтрак</b> |                                   | -         | <b>420</b>  | -                       | <b>328,2</b>  |
| Обед                    | Борщ сибирский со сметаной        | -         | 200         | -                       | 120           |
|                         | Рыба запеченная в сметанном соусе | -         | 70          | -                       | 80,5          |
|                         | Картофель отварной                | -         | 150         | -                       | 125,6         |
|                         | Хлеб пшеничный                    | -         | 40          | -                       | 96,8          |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный              | -         | 40          | -                       | 144           |
|                         | Лимонный напиток                  | -         | 180         | -                       | 69            |
| <b>Итого за обед</b>    |                                   | -         | <b>680</b>  | -                       | <b>635,9</b>  |
| Полдник                 | Ватрушка с творогом               | -         | 60          | -                       | 139,9         |
|                         | Чай с сахаром                     |           | 180         | -                       | 50,4          |
| <b>Итого за полдник</b> |                                   | -         | <b>240</b>  | -                       | <b>190,3</b>  |
| <b>Итого за 4 день</b>  |                                   | -         | <b>1340</b> | -                       | <b>1154,4</b> |