

# Ежедневное меню

Возрастная категория от

1,5 г до 3 лет, с 3 до 7 лет

02.07.2025

Утверждаю:

Заведующий

МКДОУ ДС №7

«Колосок» с.Благодатное

О.В.Перепелюкова



| Прием пищи              | Наименование блюда              | Вес блюда |             | Энергетическая ценность |               |
|-------------------------|---------------------------------|-----------|-------------|-------------------------|---------------|
|                         |                                 | 1,5-3     | 3-7         | 1,5-3                   | 3-7           |
| Неделя 2<br>День 3      |                                 |           |             |                         |               |
| Завтрак                 | Суп молочный вермишелевый       | -         | 200         | -                       | 156           |
|                         | Хлеб пшеничный с маслом и сыром | -         | 40/10/16    | -                       | 96,8/74,8/51  |
|                         | Чай с сахаром                   | -         | 180         |                         | 50,4          |
| <b>Итого за завтрак</b> |                                 | -         | <b>420</b>  | -                       | <b>303,2</b>  |
| Обед                    | Щи со свежей капустой           | -         | 200         | -                       | 67,8          |
|                         | Птица отварная                  | -         | 70          | -                       | 79,8          |
|                         | Макароны отварные с овощами     | -         | 150         | -                       | 334           |
|                         | Хлеб пшеничный                  | -         | 40          | -                       | 96,8          |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный            | -         | 40          | -                       | 144           |
|                         | Компот из сухофруктов           | -         | 180         | -                       | 118,6         |
| <b>Итого за обед</b>    |                                 | -         | <b>680</b>  | -                       | <b>841</b>    |
| Полдник                 | Хлеб йодированный               | -         | 70          | -                       | 234           |
|                         | Ряженка                         | -         | 180         | -                       | 97,2          |
| <b>Итого за полдник</b> |                                 | -         | <b>250</b>  |                         | <b>331,2</b>  |
| <b>Итого за 3 день</b>  |                                 | -         | <b>1350</b> |                         | <b>1475,4</b> |