

Сотпоставлено:

Директор

(ИПО директора)

Дата: 10.10.2025



Утверждено:

Директор ООО "Общество с ограниченной ответственностью"

Павловский Р.И.

Дата: 10.10.2025

Десятидневное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 08.10.2025г															
Осенне-зимний сезон															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	День 8 (Среда)					Витамины и минеральные вещества						
				Пищевая ценность											
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	173 Напиток молочный с сахаром	155(150/5)	17,46	218,12	6,11	7,15	31,86	0,14	0,97	0,04	0,16	103,18	153,66	40,8	1,07
	182 Какао с молоком	200	13,2	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	156,2	31	0,18
	3 Бутерброд с сыром (40/15)	55	15	54	3,45	3,58	0	0,01	0,17	0,01	0,13	220	125	8,75	0,25
	Итого завтрак	410	45,66	415,32	13,57	13,93	57,67	0,19	2,44	0,12	0,3	448,5	394,86	80,55	2,5
Завтрак 2	Яблоки свежие	100	11,5	42	0,4	0,3	9,5	0,02	5	0	0	19	36	12	2,1
	Обед														
	67 Винегрет овощной	60	5	74,6	0,8	6,06	4,11	0,01	7,77	0,11	2,72	15,39	24,65	11,12	0,46
	Суп картофельный с макарон. изделиями	200	15	97,58	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,8	22,64	0,86
	234 Котлеты рыбные с соусом	100	28,15	118,76	7,31	5	10,92	0,06	0,62	0,03	2,54	45,26	102,07	8,82	0,4
	312 Пюре картофельное	150	17,4	178,58	4,41	8,2	19,75	0,14	5,19	0,17	0,25	50,38	110,31	37	1,32
	149 Компот из сухофруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб Дарницкий	30	2,28	73,5	2,04	0,39	12,21	0,02	0	0	0	1,15	14,22	4,23	0,35
	Хлеб пшеничный	30	2,28	73,4	2,18	0,24	14,18	0,03	0	0	0	8	19,5	4,2	0,31
	Итого	770	75,11	740,45	19,56	22,12	110,51	0,37	30,06	0,59	6,73	142,14	325,35	88,01	3,72
Полдник	Йогурт	200	25	91,18	5,04	4,5	18,8	0,05	1,8	36	0	212,4	172,8	28,8	0
	176 Бутерброд с сыром	70	8,2	253,11	4,61	9,68	36,59	0,08	0	0	0	8,36	0,70	5,77	0,18
	Итого полдник	270	33,2	344,5	9,65	14,18	55,39	0,13	1,8	36	0	220,76	173,18	34,57	0,38