

Согласовано:

Директор _____ (ИМО директора)

Дата: _____ г.



Расписание меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещения дошкольные образовательные учреждения на 22.10.2025г
Осень-зимний сезон.

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Днев. В (Средн.)												
				Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества							
				Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак	173 Яйца молочная с маслом	135(130/5)	17,46	218,12	6,33	7,15	31,86	0,14	0,07	0,04	0,16	100,18	151,66	40,8	1,07	
	382 Манго с молоком	200	13,2	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98	
	3 Бутерброд с сыром (40/15)	55	15	54	1,45	1,58	0	0,01	0,17	0,06	0,13	230	125	8,75	0,25	
	Итого завтрак	410	45,66	415,12	11,57	11,93	57,67	0,19	2,44	0,12	0,3	445,3	394,86	80,55	2,3	
Завтрак 2	Яйца свежие	100	13,5	42	0,4	0,3	9,5	0,02	5	0		19	16	12	2,3	
Обед	67 Винегрет овощной	60	5	74,5	0,8	6,06	4,11	0,03	7,77	0,13	2,72	15,10	24,65	11,12	0,46	
	Суп картофельный с макарон.нарезкой	200	15	97,56	2,25	2,23	26,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	34,6	22,64	0,86	
	234 котлеты рыбные с соусом	100	28,15	118,76	7,21	5	10,92	0,06	0,62	0,03	2,54	45,26	102,07	8,82	0,4	
	112 Пюре картофельное	150	17,4	176,58	4,41	8,2	19,75	0,14	3,19	0,17	0,29	50,38	110,11	37	2,32	
	349 компот из сухофруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Клуб Дарницкий	30	2,28	73,5	2,04	0,38	12,21	0,02	0	0	0	3,15	14,22	4,23	0,35	
	Клуб питунинский	30	2,28	71,4	2,28	0,24	14,58	0,03	0	0	0	6	29,5	4,2	0,13	
	Итого	770	75,11	740,45	19,56	22,12	110,51	0,17	30,86	0,59	6,73	142,14	325,35	88,01	3,72	
Полдник	Йогурт	200	25	91,19	5,04	4,5	19,8	0,05	1,8	36	0	212,4	172,8	28,8	0	
	376 Бублик домашний	70	8,3	251,11	4,83	9,68	36,58	0,08	0	0	0	8,36	0,38	5,77	0,38	
	Итого полдник	270	33,3	344,5	9,65	14,18	56,38	0,13	1,8	36	0	220,76	173,18	34,57	0,38	