Свердловская обл. г. Талица
от «11» 3003 2025 г.
УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ «Детский сад № 6 «Елочка»
Пушканова А.Н.

# Меню на 02.10.2025

| Прием пищи | Наименование блюда | 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет | 1,5-3 лет | 3-7 лет |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **День 9** | | **Вес блюда** | | **Энергетическая ценность** | | **Белки** | | **Жиры** | | **Углеводы** | |
| завтрак | Каша геркулесовая | 150 | 200 | 151 | 202,00 | 4,79 | 6,38 | 5,56 | 7,41 | 20,4 | 27,20 |
| | Кофейный напиток | 150 | 180 | 67 | 80,00 | 2,26 | 2,71 | 2,16 | 2,59 | 10,02 | 12,02 |
| | Батон 20/30 Масло 6/9 | 26 | 39 | 91,72 | 137,58 | 1,6 | 2,40 | 5,13 | 7,67 | 10,34 | 15,52 |
| **10-00** Бананы | | 100 | 110 | 95 | 104,50 | 1,5 | 1,65 | 0,5 | 0,55 | 21 | 23,10 |
| **Итого за завтрак:** | | **326** | **419** | **309,72** | **419,58** | **8,65** | **11,49** | **12,85** | **17,67** | **40,76** | **54,74** |
| **Итого за второй завтрак:** | | **100** | **110** | **95** | **104,5** | **1,5** | **1,65** | **0,5** | **0,55** | **21** | **23,1** |
| обед | Борщ со сметаной | 180 | 200 | 78,3 | 87,00 | 1,55 | 1,73 | 3,9 | 4,33 | 9,25 | 10,28 |
| | Плов с мясом говядины | 180 | 200 | 314 | 349,00 | 13,3 | 14,80 | 14,9 | 16,5 | 33 | 36,70 |
| | Компот из кураги | 150 | 180 | 38,7 | 46,44 | 0,45 | 1,08 | 0 | - | 9,7 | 11,64 |
| | Хлеб крестьянский | 25 | 30 | 59 | 70,80 | 1,92 | 2,31 | 0,24 | 0,29 | 11,98 | 14,37 |
| | Хлеб Чусовской | 30 | 37,5 | 67,5 | 84,37 | 2,16 | 2,70 | 0,39 | 0,48 | 13,35 | 16,68 |
| | Салат из свежих помидор | 40 | 50 | 40,22 | 50,28 | 0,36 | 0,45 | 3,67 | 4,59 | 1,25 | 1,56 |
| | | | | | | | | | | | |
| **Итого за обед:** | | **605** | **697,5** | **597,72** | **687,89** | **19,74** | **23,07** | **23,1** | **26,19** | **78,53** | **91,23** |
| | | | | | | | | | | | |
| полдник | Пирожок с капустой | 70 | 70 | 249,18 | 249,18 | 6,83 | 6,83 | 9,9 | 9,90 | 0,79 | 0,79 |
| | Чай с сахаром | 150 | 180 | 26 | 31,00 | 0,03 | 0,03 | 0,01 | 0,01 | 6,82 | 8,18 |
| | | | | | | | | | | | |
| **Итого за полдник:** | | **220** | **250** | **275,18** | **280,18** | **6,86** | **6,86** | **9,91** | **9,91** | **7,61** | **8,97** |
| | | | | | | | | | | | |
| **Итого за день:** | | **1251** | **1476,5** | **1277,62** | **1492,15** | **36,75** | **43,07** | **46,36** | **54,32** | **147,9** | **178,04** |