Утверждаю ИП Суханов С.Т. Согласовано Вяткина Г.Т.

МБДОУ детский сад "Медвежонок" Отд./корп День 9 четверг

Меню по возрастам, согласно СанПиНа2.3/2.4.3590-20 от 3 до 7 лет 05.02.2026

Прием пищи	Наименование блюд	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества		
				Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша молочная овсяная	150	151,71	4,46	4,42	23,54
	Чай	150	3,61	0,29	0,00	0,61
	Бутерброд с маслом (батон,масло сливочное)	50	171,50	3,17	8,08	21,48
	Хлеб пшеничный (йодированный)	50	114,86	3,70	0,30	24,60
	Мармелад	40	124,55	0,04	0,00	30,81
		440	566,23	11,66	12,80	101,04
Обед	Закуска порционная (фасоль консервированная)	30	86,72	6,11	0,58	13,68
	Суп с клецками	150	93,39	3,69	5,00	8,46
	Голубцы ленивые	50	136,66	6,37	6,30	6,01
	Кисель	180	91,17	0,00	0,00	22,79
	Хлеб Украинский	20	39,57	1,285	0,17	8,22
	Хлеб пшеничный (йодированный)	30	68,92	2,22	0,18	14,76
		430	447,51	17,46	12,05	59,16
Полдник	Напиток из плодов шиповника	200	91,22	0,66	0,27	18,40
		200	91,22	0,66	0,27	18,40
Ужин	Пирожки с печенью	160	193,36	9,54	2,78	31,10
	Какао-напиток	200	61,80	1,88	1,84	9,25
		360	255,16	11,42	4,62	40,35
Ужин 2	Чай с молоком	200	30,30	1,51	1,55	2,48
	Банан	150	144,00	2,25	0,75	31,50
		350	474,13	15,76	22,30	63,98
	Итого:	**1780**	**1487,87**	**44,87**	**47,15**	**224,18**