Утверждено:
Заведующий МДОУ детский сад "Колосок" с. Медведск
Иванова И.А.

Ежедневное меню для детей от 3 до 7 лет на 3 ноября 2026

День 7	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетические вещества			Энергетическая ценность	Витамин С
			б	ж	у		
ЗАВТРАК	каша кукурузная	200	6,8	6,52	26,58	187,76	1,3
ЗАВТРАК	чай с молоком	200	2,9	3,2	14,68	97,9	1,3
ЗАВТРАК	батон	20	1,58	0,2	9,66	47	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**420**	**10,06**	**11,12**	**45,42**	**321,34**	**1,9**
ОБЕД	рассольник со сметаной	200	3,22	6,42	20,18	152,58	19,52
ОБЕД	рис припущенный	120	3,67	4,94	30,01	179,4	0
ОБЕД	котлета рыбная "Любительская"	70	8,92	7,6	13,59	159,05	1,925
ОБЕД	соус молочный	40	1,22	4,23	1,96	51,17	0,52
ОБЕД	кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0	0	12,58	48,5	0
ОБЕД	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0
ОБЕД	хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**680**	**21,14**	**23,77**	**100,09**	**700,64**	**33,765**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	салат овощной	60	6,12	7,72	26,28	28,56	0,00
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	пюре картофельное	150	5,3	8,42	27,76	213,56	0,80
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	напиток из шиповника	200	0,34	0,14	14,8	66,3	100,00
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**430**	**8,2**	**8,1**	**51,2**	**315,6**	**101,3**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1530**	**40,98**	**52,41**	**226,28**	**1536,74**	**28,158**