

| Дата         | Блюдо                                  | 1-3 года           |                   | 3-7 лет            |                   |        |
|--------------|--|--------------------|-------------------|--------------------|-------------------|--------|
|              |  | Вес<br>(в граммах) | Калорий-<br>ность | Вес<br>(в граммах) | Калорий-<br>ность |        |
| 03.06.2026г. | <b>Завтрак</b>                         |                    |                   |                    |                   |        |
|              | 1. Каша овсяная «Геркулес» вязкая      | 140                | 131,9             | 150                | 141,2             |        |
|              | 2. Бутерброд с маслом                  | 30/5               | 111,5             | 40/10              | 170,0             |        |
|              | 3. Кофейный напиток с молоком          | 180                | 76,8              | 200                | 85,4              |        |
|              | 4. Сыр (порциями)                      | 4                  | 14,1              | 6                  | 21,2              |        |
|              | <b>Второй завтрак</b>                  |                    |                   |                    |                   |        |
|              | 1. Яблоко                              | 100                | 47,0              | 120                | 56,4              |        |
|              | <b>Обед</b>                            |                    |                   |                    |                   |        |
|              | 1. Икра кабачковая                     | 30                 | 37,7              | 50                 | 64,0              |        |
|              | 2. Борщ со сметаной на курином бульоне | 150/5              | 95,7              | 180/5              | 114,5             |        |
|              | 3. Плов из птицы                       | 130                | 208,7             | 150                | 238,8             |        |
|              | 4. Компот из смеси сухофруктов         | 160                | 23,2              | 180                | 27,1              |        |
|              | 5. Хлеб ржаной                         | 40                 | 81,6              | 50                 | 102,0             |        |
|              | <b>Полдник</b>                         |                    |                   |                    |                   |        |
|              | 1. Омлет натуральный                   | 150                | 235,8             | 150                | 235,8             |        |
|              | 2. Хлеб пшеничный                      | 30                 | 71,1              | 40                 | 94,7              |        |
|              | 3. Чай с сахаром                       | 180                | 26,3              | 200                | 29,4              |        |
|              | <b>Ужин</b>                            |                    |                   |                    |                   |        |
|              | 1. Булочка «к чаю»                     | 60                 | 197,3             | 60                 | 197,3             |        |
|              | 2. Молоко                              | 160                | 83,8              | 180                | 94,3              |        |
|              | <b>Итого</b>                           |                    |                   | 1430,9             |                   | 1654,3 |

Заведующий структурного подразделения  
«Детский сад № 9 комбинированного вида»



Т.П. Кожевникова