

МЕНЮ
На 26 июня 2025 года

Ранний возраст (с 1 года до 3х лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 3-7г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	Вермишель в молоке	150	5,96	6,91	25,5	183	96
	Чай с сахаром	150	0,9	2,29	9,75	37	263
	Хлеб пшеничный с повидлом	20/10	2,2	0,2	18,4	85,4	2
Итого за завтрак		345				305,4	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	86	
Обед	Суп рыбный со сметаной	150/20/8	5,11	3,28	10,08	96	41
	Котлета мясная	60	11,22	5,32	6,49	116	162
	Гороховое пюре	100	11,8	2,58	24,8	160	108
	Компот из сухофруктов	150	0,78	0	20,22	96	241
	Хлеб ржаной	40	2,56	0,48	12,96	67,66	1
Итого за обед		528				535,66	
Полдник	Рисовая запеканка с яблоком и маслом	100/4	4,45	4,47	26,0	160	102
	Молоко кипяченое	150	4,2	4,8	6,15	84	255
	Хлеб пшеничный	10	0,75	0,29	5,05	25,81	1
Итого за полдник		264				269,81	
<i>Рекомендуемый ужин дома</i>	Икра из свеклы	30	1,14	5,05	7,61	80	
	Рыба, запеченная с овощами	120	14,31	6,15	21,06	192	
	Кисель	150	0,78	0	20,22	96	241
	Хлеб пшеничный	25	2,44	8,5	16,24	45	
Итого за ужин		325				413	
						1609,87	

Заведующий _____ /Г.В. Локтева /
Калькулятор _____ / О.В. Егорова /

МЕНЮ
На 26 июня 2025 года

Старший возраст (с 3х до 7ми лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 3-7г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Вермишель в молоке	200	7,95	9,21	3,4	244	96
	Чай с сахаром	180	0,76	0	11,7	44	263
	Хлеб пшеничный с повидлом	25/10	3,05	0,32	26,4	121,05	2
Итого за завтрак		432				409,05	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0	0	18,1	86	
Обед	Суп рыбный со сметаной	200/25/10	6,5	3,38	11,45	104	43
	Котлета мясная	70	13,09	6,21	7,57	135	162
	Гороховое пюре	120/4	17,77	3,87	37,2	240	108
	Компот из сухофруктов	180	0,94	0	24,26	115	241
	Хлеб ржаной	50	3,2	0,6	16,2	84,58	1
Итого за обед		659				678,58	
Полдник	Рисовая запеканка с яблоком и маслом	120/5	5,58	5,81	32,38	203	102
	Молоко кипяченое	180	5,04	5,76	7,38	110	255
	Хлеб пшеничный	20	1,5	58	10,1	51,62	1
Итого за полдник		325				360	
<i>Рекомендуемый ужин дома</i>	Икра из свеклы	60	1,14	5,05	7,61	80	
	Рыба, запеченная с картофелем	150	19,09	8,2	26,54	256	
	Кисель	180	0,32	0	20,12	79	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	10,38	47	
Итого за ужин		410				462	
						1995,63	

Заведующий _____ /Г.В. Локтева /
Калькулятор _____ / О.В. Егорова /