

МЕНЮ
На 03 апреля 2026года

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	Каша молочная жидкая «Геркулес»	150	5,0	8,25	16,98	162	93
	Чай с сахаром	150	0,9	2,29	9,75	37	263
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	20/5	1,58	5,24	9,81	93,87	3
Итого за завтрак		325				292,87	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0	0	18,1	86	
Обед	Суп из овощей с курицей и сметаной	150/15/5	8,81	2,9	7,4	63	35
	Жаркое по-домашнему с мясом	150	7,97	8,15	14,55	183	153
	Компот из сухофруктов	150	0,78	0	20,22	96	241
	Хлеб ржаной	30	2,25	0,87	15,15	77,43	1
	Хлеб пшеничный	10	0,75	0,29	5,05	25,81	1
Итого за обед		510				445,24	
Полдник	Ватрушка с творогом или пирожок печеный с повидлом	50	5,9	2,2	34,9	183	289
		50	3,9	6,41	22,45	174	294
Итого за полдник	Кофейный напиток с молоком	150	3,43	3,78	15,78	109	253
<i>Рекомендуемый ужин дома</i>		200				292/283	
	Винегрет с растительным маслом	100	1,51	5,19	8,4	92	2
	Чай с лимоном	150	0,09	0	12,5	47	260
Итого за ужин	Хлеб пшеничный	25	2,44	8,5	16,24	85	
		275				224	
	Ватрушка с творогом					1340,11	
	Пирожок печеный с повидлом					1331,11	

Заведующий _____ /Г.В. Локтева /
Калькулятор _____ /Е.М. Тихонова /

МЕНЮ
На 03 апреля 2026 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	Каша молочная жидкая «Геркулес»	200	7,13	8,87	26,2	213	93
	Чай с сахаром	180	0,76	0	11,7	44	263
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	25/7	2,34	7,76	14,53	139,1	3
Итого за завтрак		412				396,1	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0	0	18,1	86	
Обед	Суп из овощей с курицей и сметаной	200/15/10	7,85	4,52	8,29	105,5	35
	Жаркое по-домашнему с мясом	200	10,62	10,86	19,4	243	153
	Компот из сухофруктов	180	0,94	0	24,26	115	241
	Хлеб ржаной	50	3,2	0,6	16,2	84,58	1
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	15,57	71	1
Итого за обед		685				619	
Полдник	Ватрушка с творогом или пирожок печеный с повидлом	70	8,28	3,08	48,9	256	289
		70	4,55	7,48	26,19	203	294
Итого за полдник	Кофейный напиток с молоком	180	4,12	4,54	18,95	130	253
<i>Рекомендуемый ужин дома</i>		250				386/333	
	Винегрет с растительным маслом	120	1,94	6,22	10,08	110	2
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,2	0	11,97	47	
	Хлеб пшеничный	30	2,44	8,5	16,24	85	
Итого за ужин		330				242	
	Ватрушка с творогом					1729,1	
	Пирожок печеный с повидлом					1676,10	

Заведующий _____
Калькулятор _____

/Г.В. Локтева /
/ Е.М. Тихонова /