

**МЕНЮ**  
**На 18 мая 2026 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	Каша пшённая молочная жидкая	150	5,07	7,82	1939	169	96
	Кофейный напиток с молоком	150	3,43	3,78	15,78	109	253
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	20/5	1,58	5,24	9,81	93,87	3
<b>Итого за завтрак</b>		<b>325</b>				<b>371,87</b>	
2 завтрак	Сок фруктовый	<b>100</b>	0.64	0.18	18.1	<b>86</b>	
Обед	Суп лапша домашняя на курином бульоне	150	8,45	9,17	36,43	174	47
	Суфле из кур	50	17,6	20,3	1,2	259	183
	Капуста тушеная	100	2,12	3,3	13,45	81	200
	Компот из сухофруктов	150	0,78	0	20,22	96	241
	Хлеб ржаной	40	2,56	0,48	12,96	67,66	1
<b>Итого за обед</b>		<b>490</b>				<b>677,66</b>	
Полдник	Салат картофельный с зеленым горошком	100	3	11,4	10,8	157	13
	Чай с сахаром	150	0,9	2,29	9,75	37	263
	Хлеб пшеничный	10	0,75	0,29	5,05	25,81	1
	Вафли	15	0,42	0,45	11,60	106,72	93
<b>Итого за полдник</b>							
		<b>260</b>				<b>326,53</b>	
<i>Рекомендуемый ужин дома</i>	Котлета рыбная любительская	60	13,14	1,87	3,57	83	135
	Салат из овощей «Зимний»	30	0,52	1,8	3,49	26	
	Чай с сахаром с лимоном	150	0,09	0	12,5	47	
<b>Итого за ужин</b>	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,98	59	
		<b>265</b>				<b>215</b>	
						<b>1677,06</b>	

Заведующий \_\_\_\_\_ /Г.В. Локтева /  
Калькулятор \_\_\_\_\_ Е.М. Тихонова /

**МЕНЮ**  
**На 18 мая 2026года**

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 пшенная молочная жидкая	200	8,09	8,13	36,54	252	96
	Кофейный напиток с молоком	180	4,12	4,54	18,95	130	253
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	25/7	2,34	7,76	14,53	139,1	3
<b>Итого за завтрак</b>		<b>412</b>				<b>521,1</b>	
2 завтрак	Сок фруктовый	<b>100</b>	0.64	0.18	18.1	<b>86</b>	
Обед	Суп лапша домашняя на курином бульоне	200	1,96	3,91	11,13	188	38
	Суфле из кур	70	24,65	28,55	1,67	362	183
	Капуста тушеная	120	2,54	5,38	5,58	96	200
	Компот из сухофруктов	180	0,94	0	24,26	115	241
	Хлеб ржаной	50	3,2	0,6	16,2	84,58	1
<b>Итого за обед</b>		<b>620</b>				<b>845,58</b>	
	Салат картофельный с зеленым горошком	120	3,64	13,66	12,92	188	13
	Чай с сахаром	180	0,76	0	11,7	44	263
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,58	10,10	51,62	1
	Вафли	15	0,42	0,45	11,60	106,72	93
<b>Итого за полдник</b>		<b>320</b>				<b>390,34</b>	
	Котлета рыбная любительская	70	15,64	2,18	4,17	96	
	Салат из овощей «Зимний»	60	1,33	2,16	6,98	52	
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,2	0	11,97	47	
<b>Итого за ужин</b>	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,98	59	
		<b>335</b>				<b>254</b>	
						<b>2097,02</b>	

Заведующий \_\_\_\_\_ / Г.В. Локтева /  
Калькулятор \_\_\_\_\_ / Е.М. Тихонова /