

МЕНЮ
На 18 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	Каша молочная гречневая жидкая	150	5,08	5,49	14,57	132	86
	Чай с сахаром	150	0,9	2,29	9,75	37	263
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,58	5,24	9,81	93,87	3
Итого за завтрак		325				262,87	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0	0	18,1	86	
Обед	Суп картофельный с горохом и гренками	150/15	8,8	2,9	13,2	100	36
	Плов из говядины	150	19,46	16,55	26,97	334	163
	Компот из кураги	150	0,78	0	20,22	96	241
	Хлеб пшеничный	25	2,56	0,48	12,96	67,66	1
		505				597,66	
Итого за обед	Макароны запечённые с яйцом	125	5,6	7,94	23,22	188	78
Полдник	Молоко кипяченое	150	4,2	4,8	6,15	84	255
		275				272	
Итого за полдник	Икра из свеклы	30	0,57	2,67	2,31	36	
<i>Рекомендуемый ужин дома</i>	Рыба, запеченная с картофелем	120	14,31	6,15	21,06	192	
	Компот из сухофруктов	150	0,78	0	20,22	96	
	Хлеб пшеничный	35	2,44	8,5	16,24	85	
		335				409	
Итого за ужин						1627,53	

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

МЕНЮ
На 18 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	Каша молочная гречневая жидкая	200	6,98	10,42	25,0	222	86
	Чай с сахаром	180	0,76	0	11,7	44	263
	Хлеб пшеничный с маслом	25/7	2,34	7,76	14,53	139,1	3
Итого за завтрак		412				405,1	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0	0	18.1	86	
Обед	Суп картофельный с горохом и курами	200/15	5,72	0,48	16,12	101	36
	Плов из говядины	200	19,46	16,55	26,97	334	163
	Компот из кураги	180	0,94	0	24,26	115	241
	Хлеб ржаной	28	3,2	0,6	16,2	84,58	1
		645				634,58	
Итого за обед	Макароны запечённые с яйцом	155	9,27	3,86	5,41	259	450
Полдник	Молоко кипяченое	180	5,04	5,76	7,38	110	255
		335				369	
Итого за полдник	Икра из свеклы	60	1,14	5,05	7,61	80	
<i>Рекомендуемый ужин дома</i>	Рыба, запеченная с картофелем	150	19,09	8,2	26,54	256	
	Компот из сухофруктов	180	0,94	0	24,26	115	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	15,57	71	
		420				522	
Итого за ужин						2016,68	

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