

10.07.2026

МЕНЮ 2-3 ГОДА

Завтрак	выход	калории
1. Бутерброд с маслом сливочным	45	109
2. Каша жидкая молочная из смеси круп (гречка, рис)	150	127
3. Масло сливочное прокипячённое	5	32,9
4. Какао с молоком	160	69,4
Итого за завтрак:	360	338,3
Второй Завтрак		
1. Сок в ассортименте	100	43,3
2. Фрукты свежие (яблоко)	95	39,3
Итого за второй завтрак:	195	82,6
Обед		
1. Помидор свежий	40	5,6
2. Щи с картошкой и свежей капустой	180	99,061
3. Котлеты рубленые (говядина, свинина)	60	198
4. Каша гречневая рассыпчатая	120	126
5. Соус томатный (как блюдо)	30	33,031
6. Хлеб ржаной	40	85,6
7. Компот сухофрукты	150	41,1
Итого за обед:	620	588,392
Полдник		
1. Печенье	25	83,3
2. Кефир	200	118
Итого за полдник:	225	201,3
Ужин		
1. Овощи натуральные (помидор солёный)	40	4
2. Макароны отварные с сыром	150	276
3. Хлеб пшеничный.	30	64,2
4. Чай с лимоном	180	20,2
Итого за ужин:	400	364,4

10.07.2026

МЕНЮ 3-7 лет

Завтрак	выход	калории
1. Бутерброд с маслом сливочным	40	142
2. Каша жидкая молочная из смеси круп (гречка, рис)	180	155
3. Масло сливочное прокипяченное	5	32,9
4. Какао с молоком	180	91,2
Итого за завтрак:	405	421,8
Второй Завтрак		
1. Сок в ассортименте	100	42
2. Фрукты свежие (апельсин)	100	43,11
Итого за второй завтрак:	200	85,11
Обед		
1. Помидор свежий	60	8,4
3. Щи с картошкой и свежей капустой	180	99,061
3. Котлеты рубленые (говядина, свинина)	80	213
4. Каша гречневая рассыпчатая	130	176,158
5. Соус томатный (как блюдо)	30	33,031
6. Хлеб ржаной	50	97,8
7. Компот сухофрукты	180	39,92
Итого за обед:	710	667,737
Полдник		
2. Печенье	40	133
2. Кефир	210	118
Итого за полдник:	250	251
Ужин		
1. Овощи натуральные (помидор солёный)	60	6
2. Макароны отварные с сыром	200	276
3. Хлеб пшеничный.	55	140
4. Чай с лимоном	200	34,535
Итого за ужин:	515	456,535

