

20.07.2026

МЕНЮ сад (3-7 лет)

Завтрак	выход	калорийность
1. Бутерброд с маслом сливочным	40	142
2. Яйца варёные	40	63
3. Каша жидкая молочная из риса	180	99,544
4. Масло сливочное прокипячённое	5	32,9
5. Какао с молоком	180	93,842
Итого за завтрак:	445	431,286
Второй Завтрак		
1. Сок в ассортименте	100	52,8
2. Фрукты свежие (яблоки)	100	40,3
Итого за второй завтрак:	200	93,1
Обед		
1. Овощи натуральные свежий огурец	60	10,6
2. Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	200	134
3. Гренки из пшеничного хлеба	20	93,76
4. Азу из говядины	200	266,688
5. Хлеб ржаной	50	97,8
6. Компот из смеси сухофруктов	180	39,92
Итого за обед:	710	642,768
Полдник		
1. Вафля	50	213
2. Молоко кипячёное	200	106,617
Итого за полдник:	250	319,617
Ужин		
1. Пудинг из творога (запечённый)	200	344,057
2. Соус молочный (сладкий)	50	71,077
3. Чай с лимоном	200	34,535
Итого за ужин:	450	449,599
Всего за 1й день:	2055	1936,37

20.07.2026

МЕНЮ ясли (2-3 года)

Завтрак	выход	калорийность
1. Бутерброд с маслом сливочным	45	109
2. Яйца варёные	40	56,6
3. Каша жидкая молочная из риса	150	99,544
4. Масло сливочное прокипячённое	5	32,9
5. Какао с молоком	160	69,4
Итого за завтрак:	400	367,444
Второй Завтрак		
1. Сок в ассортименте	100	43,3
2. Фрукты свежие (яблоки)	95	38,3
Итого за второй завтрак:	195	81,6
Обед		
1. Овощи натуральные свежий огурец	40	7,08
2. Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	180	124
3. Гренки из пшеничного хлеба	15	76,2
4. Азу из говядины	150	163
5. Хлеб ржаной	40	85,6
6. Компот из смеси сухофруктов	150	41,1
Итого за обед:	575	496,98
Полдник		
1. Вафля	25	106
2. Молоко кипячёное	175	93,5
Итого за полдник:	200	199,5
Ужин		
1. Пудинг из творога (запечённый)	180	213
2. Соус молочный (сладкий)	40	69,7
3. Чай с лимоном	180	20,2
Итого за ужин:	400	302,9