

23.07.2026

МЕНЮ 2-3 ГОДА

Завтрак	выход	калории
1. Бутерброд с сыром	40	125
2. Каша жидкая молочная из манной крупы	150	129
3. Масло сливочное прокипячённое	5	32,9
4. Кофейный напиток с молоком	160	61,2
Итого за завтрак:	355	348,1
Второй Завтрак		
1. Сок в ассортименте	100	52,8
2. Фрукты свежие (яблоки)	95	38,3
Итого за второй завтрак:	195	91,1
Обед		
1. Помидор свежий	40	4
2. Рассольник "Ленинградский"	180	90,8
3. Сметана прокипячённая	5	7,99
4. Голубцы ленивые	170	211
5. Хлеб ржаной	40	85,6
6. Компот из фруктов консервированных	150	33,3
Итого за обед:	585	432,69
Полдник		
1. Булочка домашняя	40	110
2. Молоко кипячёное	175	93,5
Итого за полдник:	215	203,5
Ужин		
1. Овощи натуральные (помидоры)	40	7,08
2. Котлеты рыбная	60	112
3. Рис припущенный	100	99,3
4. Соус томатный (как блюдо)	30	29,5
5. Хлеб пшеничный	30	64,2
6. Шиповник	180	15,8
Итого за ужин:	440	327,88
Всего за 4й день:	1790	1403,27

23.07.2026

МЕНЮ 3-7 ЛЕТ

Завтрак		
1. Бутерброд с сыром	45	141
2. Каша жидкая молочная из манной крупы	180	144
3. Масло сливочное прокипячённое	5	32,9
4. Кофейный напиток с молоком	180	81,5
Итого за завтрак:	410	399,4
Второй Завтрак		
1. Сок в ассортименте	100	52,8
2. Фрукты свежие (яблоки)	100	40,3
Итого за второй завтрак:	200	93,1
Обед		
2. Помидор свежий	60	8,427
2. Рассольник "Ленинградский"	200	147,11
3. Сметана прокипячённая	5	7,99
4. Голубцы ленивые	200	255
5. Хлеб ржаной	50	97,8
6. Компот из фруктов консервированных	180	126,724
Итого за обед:	695	617,986
Полдник		
1. Булочка домашняя	50	145
2. Молоко кипяченое	200	107
Итого за полдник:	250	252
Ужин		
1. Овощи натуральные (помидоры)	60	14,4
2. Котлеты рыбная	80	155
3. Рис припущенный	130	135
4. Соус томатный (как блюдо)	30	29,5
5. Хлеб пшеничный	55	140
6. Шиповник	200	31
Итого за ужин:	555	504,9
Всего за 4й день:	2110	1867,386

