

**Меню на «28» августа 2023 года  
Возрастная категория до 3х лет**

| <b>Понедельник</b> |                                      |                     |                         |             |                 |                                       |
|--------------------|--------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------|-----------------|---------------------------------------|
| <b>№</b>           | <b>Наименование блюд</b>             | <b>Масса порции</b> | <b>Пищевые вещества</b> |             |                 | <b>Энергетическая ценность (Ккал)</b> |
|                    |                                      |                     | <b>Белки</b>            | <b>Жиры</b> | <b>Углеводы</b> |                                       |
|                    | <b>Завтрак</b>                       |                     |                         |             |                 |                                       |
| 1                  | Макароны, запеченные с сыром и яйцом | <b>185</b>          | <b>11,3</b>             | <b>15,7</b> | <b>27,8</b>     | <b>297</b>                            |
| 2                  | Чай                                  | <b>150</b>          | <b>0,2</b>              |             | <b>10,1</b>     | <b>42</b>                             |
| 3                  | Бутерброд с маслом                   | <b>20/10</b>        | <b>1,6</b>              | <b>8,7</b>  | <b>9,8</b>      | <b>123</b>                            |
|                    | <b>Всего за завтрак</b>              | <b>365</b>          | <b>13,1</b>             | <b>24,4</b> | <b>47,7</b>     | <b>462</b>                            |
|                    | <b>Обед</b>                          |                     |                         |             |                 |                                       |
| 1                  | Икра кабачковая консервированная     | <b>19</b>           | <b>0,4</b>              | <b>1,7</b>  | <b>1,5</b>      | <b>23</b>                             |
| 2                  | Рассольник ленинградский со сметаной | <b>150</b>          | <b>6,9</b>              | <b>21,6</b> | <b>16,8</b>     | <b>292</b>                            |
| 3                  | Голубцы ленивые                      | <b>180</b>          | <b>14,7</b>             | <b>27,8</b> | <b>15,4</b>     | <b>372</b>                            |
| 4                  | Компот их смеси сухофруктов          | <b>150</b>          |                         |             | <b>9,7</b>      | <b>39</b>                             |
| 5                  | Хлеб пшеничный                       | <b>20</b>           | <b>1,7</b>              | <b>0,2</b>  | <b>19,7</b>     | <b>87</b>                             |
| 6                  | Хлеб ржаной                          | <b>40</b>           | <b>2,6</b>              | <b>0,4</b>  | <b>17</b>       | <b>82</b>                             |
|                    | <b>Всего за обед</b>                 | <b>559</b>          | <b>26,3</b>             | <b>51,7</b> | <b>80,1</b>     | <b>895</b>                            |
|                    | <b>Полдник</b>                       |                     |                         |             |                 |                                       |
| 1                  | Печенье                              | <b>10</b>           | <b>0,8</b>              | <b>1,0</b>  | <b>7,4</b>      | <b>41,7</b>                           |
| 2                  | Чай                                  | <b>150</b>          | <b>0,1</b>              |             | <b>0,2</b>      | <b>1,2</b>                            |
|                    | <b>Всего за полдник</b>              | <b>160</b>          | <b>0,9</b>              | <b>1,0</b>  | <b>7,6</b>      | <b>42,9</b>                           |
|                    | <b>Ужин</b>                          |                     |                         |             |                 |                                       |
| 1                  | Каша ячневая на молоке               | <b>150</b>          | <b>6,3</b>              | <b>12,1</b> | <b>29,3</b>     | <b>250</b>                            |
| 2                  | Хлеб пшеничный                       | <b>20</b>           | <b>1,7</b>              | <b>0,2</b>  | <b>19,7</b>     | <b>87</b>                             |
| 3                  | Сок яблочный                         | <b>170</b>          | <b>0,9</b>              | <b>0,2</b>  | <b>17,2</b>     | <b>73</b>                             |
|                    | <b>Всего за ужин</b>                 | <b>340</b>          | <b>8,9</b>              | <b>12,5</b> | <b>66,2</b>     | <b>410</b>                            |
|                    | <b>Всего за день</b>                 |                     | <b>63,9</b>             | <b>89,6</b> | <b>201,6</b>    | <b>1809,9</b>                         |

**Меню на «28» августа 2023 года**

**Возрастная категория от 3х до 7 лет**

| <b>Понедельник</b> |                                      |                     |                         |             |                 |                                       |
|--------------------|--------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------|-----------------|---------------------------------------|
| <b>№</b>           | <b>Наименование блюд</b>             | <b>Масса порции</b> | <b>Пищевые вещества</b> |             |                 | <b>Энергетическая ценность (Ккал)</b> |
|                    |                                      |                     | <b>Белки</b>            | <b>Жиры</b> | <b>Углеводы</b> |                                       |
|                    | <b>Завтрак</b>                       |                     |                         |             |                 |                                       |
| 1                  | Макароны, запеченные с сыром и яйцом | <b>245/5</b>        | <b>13,3</b>             | <b>16,2</b> | <b>40,2</b>     | <b>360</b>                            |
| 2                  | Чай                                  | <b>200</b>          | <b>0,2</b>              |             | <b>10,2</b>     | <b>42</b>                             |
| 3                  | Бутерброд с маслом                   | <b>30/10</b>        | <b>2,4</b>              | <b>9,2</b>  | <b>15,1</b>     | <b>153</b>                            |
|                    | <b>Всего за завтрак</b>              | <b>490</b>          | <b>16,1</b>             | <b>25,4</b> | <b>65,5</b>     | <b>555</b>                            |
|                    | <b>Обед</b>                          |                     |                         |             |                 |                                       |
| 1                  | Икра кабачковая консервированная     | <b>28</b>           | <b>0,5</b>              | <b>2,5</b>  | <b>2,2</b>      | <b>34</b>                             |
| 2                  | Рассольник ленинградский со сметаной | <b>200</b>          | <b>7,4</b>              | <b>21,7</b> | <b>20,1</b>     | <b>308</b>                            |
| 3                  | Голубцы ленивые                      | <b>230</b>          | <b>16,5</b>             | <b>29,2</b> | <b>15,8</b>     | <b>393</b>                            |
| 4                  | Компот их смеси сухофруктов          | <b>200</b>          |                         |             | <b>9,7</b>      | <b>39</b>                             |
| 5                  | Хлеб пшеничный                       | <b>50</b>           | <b>3,3</b>              | <b>0,4</b>  | <b>21,2</b>     | <b>102</b>                            |
| 6                  | Хлеб ржаной                          | <b>30</b>           | <b>2,6</b>              | <b>0,3</b>  | <b>29,5</b>     | <b>131</b>                            |
|                    | <b>Всего за обед</b>                 | <b>738</b>          | <b>30,3</b>             | <b>53,4</b> | <b>98,5</b>     | <b>1007</b>                           |
|                    | <b>Полдник</b>                       |                     |                         |             |                 |                                       |
| 1                  | Печенье                              | <b>20</b>           | <b>1,5</b>              | <b>2,0</b>  | <b>14,9</b>     | <b>83,4</b>                           |
| 2                  | Чай                                  | <b>200</b>          | <b>0,1</b>              |             | <b>0,3</b>      | <b>1,5</b>                            |
|                    | <b>Всего за полдник</b>              | <b>220</b>          | <b>1,6</b>              | <b>2,0</b>  | <b>15,2</b>     | <b>84,9</b>                           |
|                    | <b>Ужин</b>                          |                     |                         |             |                 |                                       |
| 1                  | Каша ячневая на молоке               | <b>200</b>          | <b>7,5</b>              | <b>12,4</b> | <b>36,1</b>     | <b>285</b>                            |
| 2                  | Хлеб пшеничный                       | <b>20</b>           | <b>1,7</b>              | <b>0,2</b>  | <b>19,7</b>     | <b>87</b>                             |
| 3                  | Сок яблочный                         | <b>170</b>          | <b>0,9</b>              | <b>0,2</b>  | <b>16,8</b>     | <b>73</b>                             |
|                    | <b>Всего за ужин</b>                 | <b>390</b>          | <b>10,1</b>             | <b>12,8</b> | <b>72,6</b>     | <b>445</b>                            |
|                    | <b>Всего за день</b>                 |                     | <b>58,1</b>             | <b>93,6</b> | <b>251,8</b>    | <b>2091,9</b>                         |