

**Меню на «26» января 2024 года  
Возрастная категория до 3х лет**

пятница						
№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>Завтрак</b>					
1	Каша пшеничная жидкая	150	6,6	13,3	30,2	266
2	Чай с молоком	150	2,9	3,1	14,5	98
3	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,9	10,1	127
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>330</b>	<b>11,1</b>	<b>25,3</b>	<b>54,8</b>	<b>491</b>
	<b>Обед</b>					
1	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	190	9,9	24,9	15,8	325
2	Пюре картофельное	155	3,5	9,9	19,9	181
3	Куры отварные	110	22,4	37	7,6	451
4	Компот из смеси сухофруктов	150			9,7	39
5	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	19,7	87
6	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17	82
	<b>Всего за обед</b>	<b>665</b>	<b>40,1</b>	<b>72,4</b>	<b>89,7</b>	<b>1165</b>
	<b>Полдник</b>					
1	Молоко кипяченое	150	4,3	4,7	6,9	87
2	Конфета	25	0,2		20	81,5
	<b>Всего за полдник</b>	<b>175</b>	<b>4,5</b>	<b>4,7</b>	<b>26,9</b>	<b>168,5</b>
	<b>Ужин</b>					
1	Запеканка с творогом и сгущенным молоком	130/11	17,8	19,4	25	346
2	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	19,7	87
3	Сок яблочный	160	0,8	0,2	15,8	69
4	<b>Всего за ужин</b>	<b>321</b>	<b>20,3</b>	<b>23,4</b>	<b>60,5</b>	<b>502</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>76</b>	<b>125,8</b>	<b>231,9</b>	<b>2326</b>

**Меню на «26» января 2024 года**

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

пятница						
№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>						
1	Каша пшеничная жидкая	200	7,9	13,8	37,4	306
2	Чай с молоком	180	2,9	3,1	14,6	98
3	Бутерброд с маслом	40	2,4	9,2	15,1	153
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>420</b>	<b>13,2</b>	<b>26,1</b>	<b>67,1</b>	<b>557</b>
<b>Обед</b>						
1	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	225	10	24,9	16,7	330
2	Куры отварные	115	22,3	36,7	11,6	465
3	Пюре картофельное	170	4	10,2	22,3	196
4	Компот из смеси сухофруктов	180			9,7	39
5	Хлеб пшеничный	30	2,6	0,3	29,5	131
6	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102
	<b>Всего за обед</b>	<b>770</b>	<b>42,2</b>	<b>72,5</b>	<b>111</b>	<b>1263</b>
<b>Полдник</b>						
1	Молоко кипяченое	180	5	5,6	8,2	105
2	Конфета	30	0,2		23,9	98
	<b>Всего за полдник</b>	<b>210</b>	<b>5,2</b>	<b>5,6</b>	<b>32,1</b>	<b>203</b>
<b>Ужин</b>						
1	Запеканка с творогом и сгущенным молоком	170/22	24,9	23,2	30,7	432
2	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	19,7	87
3	Сок яблочный	160	0,8	0,2	15,8	69
4	<b>Всего за ужин</b>	<b>372</b>	<b>27,4</b>	<b>23,6</b>	<b>66,2</b>	<b>588</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>88</b>	<b>127,8</b>	<b>276,4</b>	<b>2611</b>