

Меню на «2» декабря 2025 года
Возрастная категория до 3х лет

№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
Вторник						
1	Каша Дружба	150	6,2	13,6	30,6	264
2	Кофейный напиток с молоком	150	4,7	3,2	20,9	132
3	Бутерброд с маслом и сыром	25/10	3,7	11,6	10,4	160
Всего за завтрак		335	14,6	28,4	61,9	556
Обед						
1	Салат из белокачанной капусты и моркови	45	0,8	9,7	2,3	101
2	Суп картофельный с бобовыми	150	6,2	20,4	14,5	266
3	Котлеты рубленные из птицы	105	16,8	31	18,5	417
4	Картофельное пюре с морковью	135	3,3	9,5	17,8	169
5	Компот из смеси сухофруктов	150			9,7	39
6	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	19,7	87
7	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17	82
Всего за обед		645	31,4	71,2	99,2	1161
Полдник						
1	Чай	150	0,1		0,2	1
2	Печенье	10	0,8	1	7,4	42
Всего за полдник		60	0,9	1	7,6	43
Ужин						
1	Винегрет	55	1,2	9,8	7,2	122
2	Каша перловая рассыпчатая	70	1,8	8,3	12,9	133
3	Рыба запеченная	85	16	24,2	9,5	318
4	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	19,7	87
5	Сок яблочный	160	0,8	0,2	15,9	69
Всего за ужин		390	17,9	42,7	65,2	729
Всего за день			687,6	143,3	233,9	2489

Меню на «2» декабря 2025 года
Возрастная категория от 3х до 7 лет

№	Наименование блюд	Масса порции	Вторник			Энергетическая ценность (Ккал)	
			Пищевые вещества				
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	Каша Дружба	200	6,4	12,4	31,2	261	
2	Кофейный напиток с молоком	180	5,3	3,7	21,9	142	
3	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/12	4,5	11,9	15,1	186	
Всего за завтрак			16,2	28	68,2	589	
Обед							
1	Салат из белокачанной капусты и моркови	65	1	9,7	2,7	103	
2	Суп картофельный с бобовыми	200	9,1	21,8	19,3	307	
3	Котлеты рубленные из птицы	110	20,8	34,4	18,2	463	
4	Картофельное пюре с морковью	155	3,8	9,5	21	185	
5	Компот из смеси сухофруктов	180			9,7	39	
6	Хлеб пшеничный	50	3,3	0,4	21,2	102	
7	Хлеб ржаной	30	2,6	0,3	29,5	131	
Всего за обед		790	40,6	76,1	121,6	1330	
Полдник							
1	Чай	200	0,1		0,3	2	
2	Печенье	20	1,5	2	14,9	83	
Всего за полдник		220	1,6	2	15,2	85	
Ужин							
1	Винегрет	70	1,4	9,8	7,9	126	
2	Каша перловая рассыпчатая	120	3,7	8,5	25,8	194	
3	Рыба запеченная	100	22,6	24,8	10,3	352	
4	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	19,7	87	
5	Сок яблочный	160	0,8	0,2	15,8	69	
Всего за ужин		470	30,2	43,5	79,5	828	
Всего за день			88,6	149,6	284,5	2832	