

Меню на «12» декабря 2025 года
Возрастная категория до 3х лет

пятница						
№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
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
Всего за завтрак		330	11,1	25,3	54,8	491
Обед						
1	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	190	9,9	24,9	15,8	325
2	Куры отварные	110	22,4	37	7,6	451
3	Пюре картофельное	155	3,5	9,9	19,9	181
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
7	Всего за обед	715	41,1	81,9	95,4	1280
Полдник						
1	Молоко кипяченое	150	4,3	4,7	6,9	87
2	Печенье	10	0,8	1	7,4	41,7
Всего за полдник		160	5,1	5,7	14,3	128,7
Ужин						
1	Морковь тертая	60	0,6	9,7	12,7	141
2	Запеканка с творогом и сгущенным молоком	130/11	17,8	19,4	25	346
3	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	19,7	87
4	Сок яблочный	160	0,8	0,2	15,8	69
Всего за ужин		381	20,9	29,5	73,2	643
Всего за день			78,2	142,4	237,7	2542,7

Меню на «12» декабря 2025 года

Возрастная категория от 3х до 7 лет

№	Наименование блюд	Масса порции	пятница			Энергетическая ценность (Ккал)	
			Пищевые вещества				
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
1	Каша пшеничная жидккая	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	
Всего за завтрак		420	13,2	26,1	67,1	557	
Обед							
1	Салат из квашенной капусты	65	1,3	9,8	2	103	
2	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	225	10	24,9	16,7	330	
3	Куры отварные	115	22,3	36,7	11,6	465	
4	Пюре картофельное	170	4	10,2	22,3	196	
5	Компот из смеси сухофруктов	180			9,7	39	
6	Хлеб пшеничный	30	2,6	0,3	29,5	131	
7	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102	
Всего за обед		830	43,6	82,6	109	1352	
Полдник							
1	Молоко кипяченое	180	5	5,6	8,2	105	
2	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4	
Всего за полдник		200	6,5	7,6	33,1	188,4	
Ужин							
1	Морковь тертая	70	0,7	9,8	13,2	144	
2	Запеканка с творогом и сгущенным молоком	170/22	24,9	23,2	30,7	432	
3	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	19,7	87	
4	Сок яблочный	160	0,8	0,2	15,8	69	
Всего за ужин		445	28,1	33,4	79,4	732	
Всего за день			91,4	149,7	288,6	2829,4	