

Меню на «15» декабря 2025 года
Возрастная категория до 3х лет

Понедельник						
№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
	Завтрак		Белки	Жиры	Углеводы	
1	Макароны, запеченные с сыром и яйцом	185	11,3	15,7	27,8	297
2	Чай	150	0,2		10,1	42
3	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,8	123
	Всего за завтрак	365	13,1	24,4	47,7	462
	Обед					
1	Икра кабачковая консервированная	19	0,4	1,7	1,5	23
2	Рассольник ленинградский со сметаной	150	6,9	21,6	16,8	292
3	Голубцы ленивые	180	14,7	27,8	15,4	372
4	Компот их 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
	Всего за обед	559	26,3	51,7	80,1	895
	Полдник					
1	Печенье	10	0,8	1,0	7,4	41,7
2	Кисель	150			13,4	54,2
	Всего за полдник	160	0,8	1,0	20,8	95,9
	Ужин					
1	Каша ячневая на молоке	150	6,3	12,1	29,3	250
2	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	19,7	87
3	Сок яблочный	170	0,9	0,2	17,2	73
	Всего за ужин	340	8,9	12,5	66,2	410
	Всего за день		49,1	89,6	214,8	1862,9

Меню на «15» декабря 2025 года
Возрастная категория от 3х до 7 лет

Понедельник						
№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
	Завтрак		Белки	Жиры	Углеводы	
1	Макароны, запеченные с сыром и яйцом	245/5	13,3	16,2	40,2	360
2	Чай	200	0,2		10,2	42
3	Бутерброд с маслом	30/10	2,4	9,2	15,1	153
	Всего за завтрак	490	16,1	25,4	65,5	555
	Обед					
1	Икра кабачковая консервированная	28	0,5	2,5	2,2	34
2	Рассольник ленинградский со сметаной	200	7,4	21,7	20,1	308
3	Голубцы ленивые	230	16,5	29,2	15,8	393
4	Компот их смеси сухофруктов	200			9,7	39
5	Хлеб пшеничный	50	3,3	0,4	21,2	102
6	Хлеб ржаной	30	2,6	0,3	29,5	131
	Всего за обед	738	30,3	54,1	98,5	1007
	Полдник					
1	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4
2	Кисель	180			22,2	88,9
	Всего за полдник	200	1,5	2,0	37,1	172,3
	Ужин					
1	Каша ячневая на молоке	200	7,5	12,4	36,1	285
2	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	19,7	87
3	Сок яблочный	170	0,9	0,2	16,8	73
	Всего за ужин	390	10,1	12,8	72,6	445
	Всего за день		58	94,3	273,7	2179,3