

Меню на «22» декабря 2025 года
Возрастная категория до 3х лет

№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
	Понедельник					
1	Плов с овощами	165	4,2	18,2	33,4	315
2	Яйца вареные	40	5,1	4,6	10,1	42
3	Чай с сахаром и лимоном	150	0,2			
4	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,9	10,1	127
Всего за завтрак		385	11,1	31,7	53,9	547
Обед						
1	Огурец соленый	40	0,3		0,7	5
2	Суп крестьянский со сметаной	150	6,9	21,7	15	285
3	Котлеты, биточки, шницели	90	16,7	22,8	17,1	340
4	Макаронные изделия отварные	110	3,4	8,6	20	170
5	Соус томатный №364	70	1,8	9,9	9,6	135
6	Компот из смеси сухофруктов	150			9,7	39
7	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	19,7	87
8	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17	82
Всего за обед		670	33,4	63,6	108,8	1143
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 молочная пшеничная, жидкая	65	6,6	9,7	12,7	141
2	Сок	170	0,9	0,2	16,8	73,1
Всего за ужин		320	7,5	9,9	29,5	214,1
Всего за день			52,8	52,5	213	2000

Меню на «22» декабря 2025 года
Возрастная категория от 3х до 7 лет

№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
Понедельник						
1	Плов с овощами	185	4,5	8,5	34,3	232
2	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63
3	Чай с сахаром и лимоном	180	0,2		10,2	42
4	Бутерброд с маслом	35/5	2,4	9,2	15,1	153
Всего за завтрак		445	12,2	22,3	59,9	490
Обед						
1	Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	7
2	Суп крестьянский со сметаной	200	7,2	21,8	16,9	294
3	Котлеты, биточки, шницели	110	18,3	24,3	17,1	359
4	Макаронные изделия отварные	140	5,5	8,9	33,3	234
5	Соус томатный №364	75	1,8	9,9	9,6	135
6	Компот из смеси сухофруктов	180			9,7	39
7	Хлеб пшеничный	30	2,6	0,3	29,5	131
8	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102
Всего за обед		835	39,1	65,7	138,2	1301
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 молочная пшеничная, жидкая	200	7,9	13,4	36,7	299
2	Сок	170	0,9	0,2	16,8	73,1
Всего за ужин		380	8,8	13,6	53,5	372,1
Всего за день			24,3	111,5	288,8	2335,4