

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

Понедельник						
№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
	Завтрак		Белки	Жиры	Углеводы	
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

Понедельник						
№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
	Завтрак		Белки	Жиры	Углеводы	
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