

**Меню на «23» декабря 2025 года**  
**Возрастная категория до 3х лет**

<b>Вторник</b>						
<b>№</b>	<b>Наименование блюд</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Пищевые вещества</b>			<b>Энергетическая ценность (Ккал)</b>
	<b>Завтрак</b>		<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	
1	Каша овсяная «Геркулес»	150	6,8	14	28,7	267
2	Кофейный напиток с молоком	150	4,7	4,1	20,8	139
3	Бутерброд с маслом и сыром	25/10	3,7	11,6	10,1	160
	<b>Всего за завтрак</b>					
	<b>Обед</b>					
1	Салат «Свеколка»	45	0,8	10,1	9,8	133
2	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	185	5,1	21,7	11,6	266
3	Кнели из кур в сметанном соусе	80/30	25	29,6	18,5	443
4	Пюре картофельное	155	3,5	9,9	19,9	181
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
	<b>Всего за обед</b>	705	38,7	71,9	106,2	1231
	<b>Полдник</b>					
1	Чай с молоком	150	2,9	2,4	14,6	92
2	Печенье	10	0,8	1	7,4	42
	<b>Всего за полдник</b>	160	3,7	3,4	22	134
	<b>Ужин</b>					
1	Биточки рыбные запеченные	85	19,6	18,9	18	319
2	Овощи, припущенные в молочном соусе	165	4,2	9,1	15,9	161
3	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	19,7	87
4	Сок яблочный	170	0,9	0,2	16,8	73
	<b>Всего за ужин</b>	440	26,4	28,4	70,4	640
	<b>Всего за день</b>		84	133,4	258,2	2571

**Меню на «23» декабря 2025 года**  
**Возрастная категория от 3х до 7 лет**

<b>Вторник</b>						
<b>№</b>	<b>Наименование блюд</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Пищевые вещества</b>			<b>Энергетическая ценность (Ккал)</b>
	<b>Завтрак</b>		<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	
1	Каша овсяная «Геркулес»	200	8,5	15,1	35,5	313
2	Кофейный напиток с молоком	180	5,3	4,7	21,8	151
3	Бутерброд с маслом и сыром	35/10/16	6,6	14,6	15,1	219
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>441</b>	<b>20,4</b>	<b>34,4</b>	<b>72,4</b>	<b>683</b>
	<b>Обед</b>					
1	Салат «Свеколка»	75	1,1	10,2	11,7	142
2	ПЦи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	235	6,8	22,9	13,4	291
3	Кнели из кур в сметанном соусе	85/30	25,3	30	19	449
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
	<b>Всего за обед</b>	<b>855</b>	<b>43,1</b>	<b>74</b>	<b>126,8</b>	<b>1350</b>
	<b>Полдник</b>					
1	Чай с молоком	180	2,9	3,1	14,6	98
2	Печенье	20	1,5	2	14,9	83
	<b>Всего за полдник</b>	<b>200</b>	<b>4,4</b>	<b>5,1</b>	<b>2,5</b>	<b>181</b>
	<b>Ужин</b>					
1	Биточки рыбные запеченные	95	20,9	15,8	13,4	278
2	Овощи, припущенные в молочном соусе	165	4,9	9,5	17,9	176
3	Сок яблочный	170	0,9	0,2	16,8	73
4	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	19,7	87
	<b>Всего за ужин</b>	<b>380</b>	<b>28,4</b>	<b>25,7</b>	<b>67,8</b>	<b>614</b>
	<b>Всего за день</b>		<b>96,3</b>	<b>139,2</b>	<b>296,5</b>	<b>2828</b>