

Меню на «29» декабря 2025 года
Возрастная категория до 3х лет

№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
Понедельник						
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 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
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 «29» декабря 2025 года
Возрастная категория от 3х до 7 лет

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