

МЕНЮ

01.10.2026 четверг

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ рец
		Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети от 1 до 3 лет						
Завтрак	410	15.01	20.26	57.53	472	
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Молоко кипяченое	180	4.74	5.07	7.70	95	419/1
Каша вязкая манная молочная	180/5/5	7.82	7.64	35.21	241	182/3
Второй завтрак	100	0.40		11.30	47	
Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418/4
Обед	685	29.81	20.14	96.48	687	
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5.27	3.45	27.46	162	219/1
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	50	6.60	1.20	34.10	174	004
Икра кабачковая	40	0.75	3.17	3.11	44	054
Суп рыбный с крупой (минтай)	180	5.90	2.38	10.96	89	095
Компот из клубники	180	0.13	0.06	10.02	41	394/5
Гуляш из курицы	30/30	9.16	9.53	2.41	132	293/2
Полдник	230	3.90	1.65	66.90	298	
Компот из чернослива	180	0.78		35.47	145	390/7
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	50	3.12	1.65	31.43	153	441/2
Ужин	400	10.19	4.98	55.12	306	
Яйца вареные 1/2	1/2	2.39	2.02	0.13	28	227
Чай с лимоном	180	0.08	0.01	7.24	29	412/1
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Рис отварной с овощами	150	2.42	2.00	22.28	117	334
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 825	59.31	47.03	287.33	1 810	

МЕНЮ

01.10.2026 четверг

Кухня

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевая ценность			Энерг. цен- ность	№ ре- ц
		Белки	Жиры	Угле- воды		
Дети от 3 до 7 лет						
Завтрак	440	12.01	17.06	56.94	430	
Бутерброды с маслом	30/10	2.45	7.55	14.62	136	001
Молоко кипяченое	200	5.26	5.63	8.55	106	419/2
Каша вязкая манная молочная	200	4.30	3.88	33.77	188	182/3
Второй завтрак	100	0.40		11.30	47	
Сок фруктовый.	100	0.40		11.30	47	418/4
Обед	720	28.94	22.18	82.95	648	
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5.27	3.45	27.46	162	219/1
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Икра кабачковая	50	0.94	3.96	3.89	55	054
Суп рыбный с крупой (минтай)	200	6.57	2.64	12.18	99	095
Компот из клубники	200	0.15	0.07	11.14	46	394/5
Гуляш из курицы	40/30	10.71	11.11	2.81	154	293/2
Полдник	250	3.98	1.65	70.85	314	
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	50	3.12	1.65	31.43	153	441/2
Компот из чернослива	200	0.86		39.42	161	390/7
Ужин	450	10.75	5.41	57.04	320	
Яйца вареные 1/2	1/2	2.39	2.02	0.13	28	227
Чай с лимоном	190/5/5	0.16	0.04	4.70	20	412/2
Хлеб пшеничный	25	2.00	0.35	8.42	45	002
Хлеб ржаной	25	3.30	0.60	17.05	87	004
Рис отварной с овощами	180	2.90	2.40	26.74	140	334
Итого за день: Стоимость питания 210 руб.	1 960	56.08	46.30	279.08	1 759	