



МЕНЮ

1 день



2026 года

Наименование блюд	Объем порций (г)		Энергетическая ценность (ккал)
	возраст		
<u>1 ДЕНЬ</u> Первая неделя, понедельник	Ясли (1-3 года)	Сад (3-7 лет)	Ясли/сад
<u>Завтрак</u>			
Каша гречневая	130	160	103,80/ 122,58
Кофейный напиток	200	200	45,48/53,06
Батон	20	35	42,71/80,16
Масло сливочное	5	5	37,37/37,37
<u>Второй завтрак</u>			
Сок фруктовый	150	180	63/75,6
<u>Обед</u>			
Салат из квашеной капусты	30	50	30,9/47,12
Суп гороховый на мясном бульоне	150	200	64,93/91,43
Котлета рыбная	70	70	122,49/118,02
Картофельное пюре	110	130	126,71/144,26
Напиток из свежих яблок	150	200	53,4/57,19
Хлеб ржаной	40	50	88/102,5
<u>Уплотненный полдник</u>			
Пудинг творожный со сладким соусом	130/20	150/20	273,4/326,29
Яблоко	95	100	39,9/43,36
Чай сладкий	150	200	45,48/53,08
Батон	20	20	69,6/ 104,4
Итого за день:			1207,17/ 1456,42