

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: с 1 до 3 лет
на 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал.	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	180	5,88	8,98	18,95	180,42	26
	Какао со сгущенным молоком	150	1,44	2,11	4,21	40,69	20
	Батон	30	3,89	2,35	14,72	65,28	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак			11,23	17,56	37,92	323,76	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,6	0,6	14,7	63	80
Итого второй завтрак		150	0,6	0,6	14,7	63	
Обед	Огурец свежий	30	0,21	0,03	0,57	3,3	16
	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	150	3,88	5,62	14,9	124,09	87
	Запеканка картофельная с мясом	130/20	13,15	10,3	23,85	234,93	19
	Компот из свежих яблок	150	0,08	0,08	12,22	48,56	39
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	23	102,5	95
Итого за обед			19.77	16.53	74.54	513.38	
Уплотненный полдник	Макароны запеченные с яйцом	150	7.7	6.91	23.03	185	208
	Батон	20	2,31	0,9	14,7	69,6	5
	Чай с соком	150	0,15		10,46	42,16	98
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	102
Итого за упл. полдник			10.54	8.19	57.5	336.66	
Итого за день			42.14	42.88	184.66	1236.8	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: с 3 до 7 лет
На 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал.	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	180	5,88	8,98	19	180	26
	Какао со сгущенным молоком	200	1,5	2,16	4,29	41,6	20
	Батон	40					5
	Масло сливочное	5					6
		40/5	5,55	7,89	19,7	126	
Итого за завтрак			12,9	19	42,9	348	
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	0,72	0,72	17,6	75,6	80
Итого второй завтрак		180	0,72	0,72	17,6	75,6	
Обед	Огурец свежий	50	0,35	0,05	0,95	5,5	16
	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	200	4,28	6,59	16,6	143	87
	Запеканка картофельная с мясом	150	17,4	12,7	32,1	305	19
	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	14,93	58,7	101
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	23	103	
Итого за обед			24,6	20	87,6	614	
Уплотненный полдник	Макароны запеченные с яйцом	200	10,3	9,21	30,7	247	208
	Батон	20	2,31	0,9	14,7	69,6	5
	Чай с соком	200	0,15		18,4	72,5	98
	Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	42	102
Итого за упл. полдник			13,1	10,5	73,6	431	
Итого за день			51,4	50,2	222	1468	

