

**МЕНЮ**  
 Возрастная категория: от 1 года до 3 лет  
 10.01.2025

| Прием пищи          | Наименование блюда                     | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | N рецептуры |
|---------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|                     |  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| завтрак             | Каша ячневая молочная вязкая           | 150       | 3,9              | 7,85  | 28,7     | 203,44                  | 270         |
|                     | Бутерброд с маслом                     | 37        | 3,61             | 6,41  | 12,82    | 124,51                  | 104         |
|                     | Кофейный напиток                       | 150       | 0,06             | 0,05  | 10,68    | 43,17                   | 512         |
| итого за завтрак    |  | 337       | 8,56             | 14,27 | 54,53    | 384,33                  |             |
| II завтрак          | Сок                                    | 100       | 0,7              | 0,3   | 8,1      | 43                      | 126         |
| итого за II завтрак |  | 100       | 0,7              | 0,3   | 8,1      | 43                      | 126         |
| обед                | Суп крестьянский с крупой              | 150       | 1,22             | 3,15  | 6,82     | 63,95                   | 169         |
|                     | Макароны отварные                      | 120       | 2,46             | 5,09  | 11,27    | 116,23                  | 441         |
|                     | Ёжики с рисом, огурец консервированный | 100       | 8,98             | 13,96 | 10,68    | 204,28                  | 400         |
|                     | Компот из смеси сухофруктов            | 150       | 0,37             | 0     | 18,27    | 74,56                   | 522         |
|                     | Хлеб пшеничный/ ржаной                 | 40        | 2,84             | 0,40  | 16,52    | 81,8                    | 122/123     |
| итого за обед       |  | 560       | 15,87            | 19,45 | 63,56    | 540,82                  |             |
| полдник             | Ватрушка с повидлом                    | 60        | 3,67             | 1,75  | 42,24    | 199,35                  | 554         |
|                     | Кисель                                 | 150       | 1,02             | 0     | 21,77    | 91,14                   | 517         |
| итого за полдник    |  | 210       | 4,69             | 1,75  | 64,01    | 290,49                  |             |
| ужин                | Картофель отварной                     | 120       | 4,42             | 4,98  | 27,08    | 176,33                  | 432         |
|                     | Огурец консервированный                | 50        | 0,48             | 1,88  | 3,08     | 31,2                    | 129         |
|                     | Чай с сахаром                          | 200       | 0                | 0     | 11,28    | 45,09                   | 505         |
|                     | Хлеб пшеничный/ ржаной                 | 40        | 2,84             | 0,40  | 16,52    | 81,8                    | 122/123     |
| итого за ужин       |  | 410       | 7,74             | 7,26  | 57,96    | 334,42                  |             |
| Итого за день:      |  |           | 37,56            | 43,03 | 248,16   | 1593,06                 |             |

**МЕНЮ**  
 Возрастная категория: от 3 до 7 лет  
 10.01.2025

| Прием пищи          | Наименование блюда                     | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | N рецептуры |
|---------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|                     |  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| завтрак             | Каша ячневая молочная вязкая           | 200       | 5,2              | 10,47 | 38,27    | 271,25                  | 270         |
|                     | Бутерброд с маслом                     | 40        | 4,33             | 7,3   | 12,82    | 135,4                   | 104         |
|                     | Кофейный напиток                       | 200       | 2,29             | 2,67  | 26,11    | 138,36                  | 512         |
| итого за завтрак    |  | 440       | 11,82            | 20,44 | 77,2     | 545,01                  |             |
| II завтрак          | Сок                                    | 100       | 0,5              | 0,1   | 10,1     | 46                      | 126         |
| итого за II завтрак |  | 100       | 0,5              | 0,1   | 10,1     | 46                      |             |
| обед                | Суп крестьянский с крупой              | 200       | 1,63             | 4,2   | 9,09     | 85,27                   | 169         |
|                     | Пюре картофельное                      | 150       | 3,07             | 6,36  | 14,08    | 145,29                  | 441         |
|                     | Ёжики с рисом, огурец консервированный | 100       | 8,98             | 13,96 | 10,68    | 204,28                  | 400         |
|                     | Компот из смеси сухофруктов            | 200       | 0,56             | 0     | 27,4     | 111,84                  | 522         |
|                     | Хлеб пшеничный/ ржаной                 | 60        | 4,26             | 0,6   | 24,78    | 122,7                   | 122/123     |
| итого за обед       |  | 710       | 18,5             | 20,92 | 86,03    | 669,38                  |             |
| полдник             | Ватрушка с повидлом                    | 60        | 3,67             | 1,75  | 42,24    | 199,35                  | 554         |
|                     | Кисель                                 | 200       | 1,36             | 0     | 29,02    | 121,52                  | 517         |
| итого за полдник    |  | 260       | 5,03             | 1,75  | 71,26    | 320,87                  |             |
| ужин                | Каша рисовая                           | 150       | 5,53             | 6,23  | 33,85    | 220,41                  | 432         |
|                     | Салат из моркови                       | 50        | 0,6              | 2,35  | 3,85     | 39                      | 129         |
|                     | Чай с сахаром                          | 200       | 0                | 0     | 11,28    | 45,09                   | 505         |
|                     | Хлеб пшеничный/ ржаной                 | 60        | 4,26             | 0,6   | 24,78    | 122,7                   | 122/123     |
| итого за ужин       |  | 460       | 10,39            | 9,18  | 73,76    | 427,20                  |             |