

МЕНЮ
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет
15.04.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша	150	6,42	10,29	23,68	214,64	283
	Бутерброд с маслом	55	3,61	6,41	12,82	124,51	104
	Кофейный напиток	150	0,06	0,05	10,68	43,17	512
итого за завтрак		355	10,09	16,75	47,18	382,32	
II завтрак	Яблоко	100	0,5	0,1	10,1	46	532
итого за II завтрак		110	0,4	0,4	10,4	45	
обед	Суп картофельный с бобовыми , с мясом птицы	150	2,09	2,91	13,51	88,29	161
	Рис отварной	120	4,52	0,54	23,23	115,92	97
	Тефтеля куриная	50	8,65	10,24	1,76	124,74	373
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,37	0,00	18,27	74,56	522
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	122
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	123
итого за обед		510	18,47	14,09	73,29	485,31	-
полдник	Оладьи	60	4,29	6,33	21,76	159,01	550
	какао с молоком	150	0	0	12	47,4	516
итого за полдник		200	1,12	1,32	42,92	187,4	
ужин	Картофель с салатом	150/60	11,84	12,35	13,64	212,57	412
	Чай с сахаром	180	0	0	11,28	45,09	505
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	122
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	123
итого за ужин		400	14,68	12,75	41,44	339,46	
Итого за день:			42,12	41,16	213,55	1395,90	

МЕНЮ
Возрастная категория: от 3 года до 7 лет
15.04.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша пшеничная	200	8,56	13,72	31,57	286,19	283
	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	12,19	18,56	69,33	494,16	
II завтрак	Яблоко	100	0,5	0,1	10,1	46	532
итого за II завтрак		100	0,5	0,1	10,1	46	
обед	Суп картофельный с бобовыми , с мясом птицы	200	2,37	2,98	15,24	96,83	147
	Рис отварной	150	5,66	0,68	29,04	144,9	297
	Тефтеля куриная	70	11,95	12,76	2,44	175,26	373
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	27,4	111,84	522
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	122
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	123
итого за обед		680	24,8	17,02	98,9	651,53	-
полдник	Оладьи	60	4,29	6,33	21,76	159,01	550
	Какао с молоком	200	0	0	13,6	53,7	516
итого за полдник		250	1,4	1,65	52,25	228,7	
ужин	Картофель с салатом	200/60	15,78	16,46	18,18	283,42	412
	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,12	505
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	122
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	123
итого за ужин		460	20,04	17,06	58	466,24	
Итого за день:			58,48	54,39	288,58	1886,63	