

**МЕНЮ**  
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет  
20.05.2025

| Прием пищи          | Наименование блюда          | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | N рецептуры |
|---------------------|-----------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|                     |                             |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| завтрак             | Каша манная молочная жидкая | 150       | 4,66             | 5,31  | 23,18    | 161,24                  | 277         |
|                     | Бутерброд с маслом          | 37        | 3,61             | 6,41  | 12,82    | 124,51                  | 104         |
|                     | Кофейный напиток с молоком  | 150       | 0,06             | 0,05  | 10,68    | 43,17                   | 512         |
| итого за завтрак    |                             | 337       | 8,33             | 11,77 | 46,68    | 328,92                  | -           |
| II завтрак          | Банан                       | 100       | 1,2              | 0,16  | 17,44    | 76                      | 126         |
| итого за II завтрак |                             | 100       | 1,2              | 0,16  | 17,44    | 76                      | 126         |
| обед                | Щи со свежей капусты        | 150       | 0,88             | 2,95  | 3,13     | 217,96                  | 154         |
|                     | Макаронные изделия отварные | 120/30    | 6,35             | 7,46  | 4,5      | 110,58                  | 422         |
|                     | Курица в соусе с томатом    | 60        | 5,19             | 4,04  | 2,04     | 51,59                   | 415         |
|                     | 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       |                             | 550       | 15,63            | 14,85 | 41,33    | 318,53                  | -           |
| полдник             | Вафли                       | 40        | 1,12             | 14,7  | 30,92    | 569,45                  | 602         |
|                     | Молоко                      | 150       | 4,19             | 4,78  | 7,56     | 90,09                   | 529         |
| итого за полдник    |                             | 190       | 5,31             | 19,48 | 38,48    | 659,54                  |             |
| ужин                | Омлет                       | 65        | 5,6              | 8,6   | 1,52     | 105,88                  | 311         |
|                     | Помидор свежий              | 30        | 0,39             | 0,07  | 1,29     | 7                       | 120         |
|                     | Чай с сахаром               | 150       | 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       |                             | 277       | 8,76             | 9,04  | 30       | 237,97                  |             |
| Итого за день:      |                             |           | 39,3             | 55,4  | 174,54   | 1614,21                 |             |

**МЕНЮ**  
Возрастная категория: от 3 года до 7 лет  
20.05.2025

| Прием пищи          | Наименование блюда          | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | N рецептуры |
|---------------------|-----------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|                     |                             |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| завтрак             | Каша манная молочная жидкая | 200       | 6,21             | 7,08  | 30,91    | 214,98                  | 277         |
|                     | Бутерброд с маслом          | 40        | 3,61             | 6,41  | 12,82    | 124,51                  | 104         |
|                     | Кофейный напиток с молоком  | 200       | 0,06             | 0,05  | 10,68    | 43,17                   | 512         |
| итого за завтрак    |                             | 440       | 10,6             | 14,43 | 54,41    | 393,55                  | -           |
| II завтрак          | Банан                       | 100       | 1,5              | 0,1   | 21       | 89                      | 126         |
| итого за II завтрак |                             | 100       | 1,5              | 0,1   | 21       | 89                      | 126         |
| обед                | Щи со свежей капусты        | 200       | 1,17             | 3,93  | 4,17     | 58,12                   | 154         |
|                     | Макаронные изделия отварные | 120       | 5,53             | 6,65  | 33,85    | 220,4                   | 432         |
|                     | Курица в соусе с томатом    | 70        | 6,05             | 4,71  | 2,38     | 60,19                   | 415         |
|                     | 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       | 17,57            | 15,89 | 92,58    | 573,25                  | -           |
| полдник             | Вафли                       | 50        | 1,12             | 15,63 | 30,92    | 141,6                   | 602         |
|                     | Молоко                      | 200       | 4,19             | 4,78  | 7,56     | 90,09                   | 529         |
| итого за полдник    |                             | 240       | 5,31             | 20,41 | 38,48    | 231,69                  |             |
| ужин                | Омлет                       | 65        | 5,6              | 8,6   | 1,52     | 105,88                  | 311         |
|                     | Помидор свежий              | 50        | 0,44             | 0,08  | 1,48     | 8                       | 120         |
|                     | 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       |                             | 348       | 10,18            | 9,24  | 42,02    | 293,9                   |             |
| Итого за день:      |                             |           | 44,98            | 60,23 | 245,73   | 1571,19                 |             |

