

Меню на 10.07.2026

Наименования блюد	Выход		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн/Ц,ккал		Витамины						Минеральные вещества					
	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	B1	B2	C	Ca	Fe							
Завтрак 1																						
Каша жидкая молочная манная	150	200	4	5,33	4,3	5,73	19	25,33	130,7	174,3	0	0	0,1	0,13	0,4	0,53	107	142,7	0,3	0,40		
Бутерброд с повидлом	25\16	35\20	4,5	6	2,4	5,7	26,4	34	135,5	162	0,02	0,02	0,09	0,09	0,11	0,11	81,5	82	0,35	0,45		
Чай с сахаром	180	180	0,23	0,23	0	0	5,87	5,87	24,2	24,2	0	0	0,01	0,01	0,04	0,04	3,31	3,31	0,65	0,65		
Итого			8,73	34,33	6,7	11,43	51,27	65,2	290,4	360,5	0,02	0,02	0,2	0,23	0,55	0,68	191,81	228,01	1,3	1,5		
Завтрак 2																						
Обед																						
Щи из свежей капусты	150	200	3,77	5,22	4,32	5,72	7,89	10,52	85,95	114,6	0,16	1	0,2	0,16	21,1	53,8	42	187	1,7	2,39		
Тефтели из курицы	60	80	8,2	10,9	7,1	9,5	5	6,7	117,1	156,1	0,04	0,05	0,05	0,07	0,79	1,05	11	15	1,2	1,6		
Крупа гречневая рассыпчатая	120	150	6,6	8,2	3,6	4,6	28,7	26	172,3	217,5	0,17	0,21	0,1	0,12	0	0	12	14,4	3,23	4,04		
Соус красный основной	20	40	0,66	132	0,48	0,96	1,78	3,56	14,16	28,32	0	0,01	0	0	0,54	1,07	1,84	3,68	0,10	0,21		
Компот из сухофруктов	150	200	0,2	0,4	0	0	9,8	15,5	40	67,1	0	0	0	0	0,01	0,02	18,5	37	0,05	0,07		
Хлеб пшеничный	20	30	2	4	0,24	0,48	9,6	119,2	40,8	81,6	0	0	0	0	0	0	6,8	7,2	0,46	0,48		
Хлеб ржано- пшеничный	30	40	2,55	3,4	0,99	1,32	12,75	17	77,7	103,6	0,15	0,17	0,130	0,134	0,14	0,16	27	29,2	0,9	1,13		
Итого			23,98	164,1	16,73	22,58	75,52	198,48	548,01	768,82	0,52	1,44	0,48	0,484	22,58	56,1	119,4	293,48	7,64	10,55		
Полдник																						
Зефир	25	50	10,2	10,2	3	3	22,4	22,4	156,8	156,8	0,05	0,05	0,1	0,1	0,7	0,7	59,8	59,8	0,55	0,55		
Чай без сахара	180	180	0,23	0,23	0	0	0,11	0,11	1,3	1,3	0	0	0,01	0,01	0,04	0,04	3,96	3,96	0,64	0,64		
Итого			10,43	10,43	3	3	22,51	22,51	158,1	158,1	0,05	0,05	0,11	0,11	0,74	0,74	63,76	63,76	1,19	1,19		
Ужин																						
Макароны отварные	80	120	3,3	4,4	3,7	4,8	16,2	21,6	107,4	137,5	0,03	0,04	0,02	0,02	0	0	8,3	10,4	0,4	0,4		
Хлеб пшеничный	25	35	2,5	3	0,3	0,7	12	15	51	60	0	0	0	0	0	0	4,5	5	0,3	0,4		
Чай с сахаром	180	180	0,23	0,23	0	0	5,87	5,87	24,2	24,2	0	0	0,01	0,01	0,04	0,04	3,31	3,31	0,65	0,65		
Итого			6,03	7,63	4	5,5	34,07	42,47	182,6	221,7	0,03	0,04	0,03	0,03	0,04	0,04	16,11	18,71	1,35	1,35		

Меню на 10.07.2026 опека

Заведующая
Новицкая Е.В.

Наименования блюد	Выход		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн/Ц,ккал		Витамины						Минеральные вещества			
	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	1-3лет	3-7лет	B1	B2	C	Ca	Fe					
Завтрак 1																				
Каша жидкая молочная манная	150	200	4	5,33	4,3	5,73	19	25,33	130,7	174,3	0	0	0,1	0,13	0,4	0,53	107	142,7	0,3	0,40
Бутерброд с повидлом	25\16	35\20	4,5	6	2,4	5,7	26,4	34	135,5	162	0,02	0,02	0,09	0,09	0,11	0,11	81,5	82	0,35	0,45
Чай с сахаром	180	180	0,23	0,23	0	0	5,87	5,87	24,2	24,2	0	0	0,01	0,01	0,04	0,04	3,31	3,31	0,65	0,65
Итого			8,73	34,33	6,7	11,43	51,27	65,2	290,4	360,5	0,02	0,02	0,2	0,23	0,55	0,68	191,81	228,01	1,3	1,5
Завтрак 2																				
Обед																				
Щи из свежей капусты	150	200	3,77	5,22	4,32	5,72	7,89	10,52	85,95	114,6	0,16	1	0,2	0,16	21,1	53,8	42	187	1,7	2,39
Тефтели из курицы	60	80	8,2	10,9	7,1	9,5	5	6,7	117,1	156,1	0,04	0,05	0,05	0,07	0,79	1,05	11	15	1,2	1,6
Крупа гречневая рассыпчатая	120	150	6,6	8,2	3,6	4,6	28,7	26	172,3	217,5	0,17	0,21	0,1	0,12	0	0	12	14,4	3,23	4,04
Соус красный основной	20	40	0,66	1,32	0,48	0,96	1,78	3,56	14,16	28,32	0	0,01	0	0	0,54	1,07	1,84	3,68	0,10	0,21
Компот из сухофруктов	150	200	0,2	0,4	0	0	9,8	15,5	40	67,1	0	0	0	0	0,01	0,02	18,5	37	0,05	0,07
Хлеб пшеничный	20	30	2	4	0,24	0,48	9,6	119,2	40,8	81,6	0	0	0	0	0	0	6,8	7,2	0,46	0,48
Хлеб ржано- пшеничный	30	40	2,55	3,4	0,99	1,32	12,75	17	77,7	103,6	0,15	0,17	0,130	0,134	0,14	0,16	27	29,2	0,9	1,13
Итого			23,98	164,1 2	16,73	22,58	75,52	198,48	548,01	768,82	0,52	1,44	0,48	0,484	22,58	56,1	119,4	293,48	7,64	10,55
Полдник																				
Зефир	25	50	10,2	10,2	3	3	22,4	22,4	156,8	156,8	0,05	0,05	0,1	0,1	0,7	0,7	59,8	59,8	0,55	0,55
Чай без сахара	180	180	0,23	0,23	0	0	0,11	0,11	1,3	1,3	0	0	0,01	0,01	0,04	0,04	3,96	3,96	0,64	0,64
Итого			10,43	10,43	3	3	22,51	22,51	158,1	158,1	0,05	0,05	0,11	0,11	0,74	0,74	63,76	63,76	1,19	1,19
Ужин																				
Макароны отварные	80	120	3,3	4,4	3,7	4,8	16,2	21,6	107,4	137,5	0,03	0,04	0,02	0,02	0	0	8,3	10,4	0,4	0,4
Хлеб пшеничный	25	35	2,5	3	0,3	0,7	12	15	51	60	0	0	0	0	0	0	4,5	5	0,3	0,4
Чай с сахаром	180	180	0,23	0,23	0	0	5,87	5,87	24,2	24,2	0	0	0,01	0,01	0,04	0,04	3,31	3,31	0,65	0,65
Итого			6,03	7,63	4	5,5	34,07	42,47	132,6	221,7	0,03	0,04	0,03	0,03	0,04	0,04	16,11	18,71	1,35	1,35