

МЕНЮ на 1 июля 2025 год (основное)

Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория от 1,5 до 3 лет					Возрастная категория от 3 до 7 лет				
	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич.цен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич.цен (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>										
Подгарнировка из зеленого горошка	50	1,55	0,1	3,25	20	50	1,55	0,1	3,25	20
Омлет натуральный	100	12,39	12,14	2,24	168,44	120	13,32	13,71	2,8	188,75
Чай с сахаром и лимоном	180	0,15	0,02	8,2	34,72	180	0,15	0,02	10,19	42,7
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	70	5,32	0,56	34,44	164,5
<b>Завтрак 2 (10 часов)</b>										
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Обед</b>										
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,29	1,05	1,07	15,2	60	0,57	2,09	2,09	30,23
Рассольник ленинградский (крупа перловая) с курицей	175	5,08	4,38	11,78	106,78	195	6	5,94	13,51	131,63
Запеканка картофельная с мясом отварным (свинина)	170	10,56	14,45	20,75	256,72	200	12,42	17,65	24,24	307,32
Компот из смеси сухофруктов	180	0,53	0,04	14,83	62,57	180	0,53	0,04	16,82	70,55
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,56	0,11	4,94	23,2	30	1,68	0,33	14,82	69,6
<b>Полдник</b>										
Булочка	30	2,25	2,94	22,32	125,1	50	3,75	4,9	37,2	208,5
Молоко "Умница"	180	5,22	5,76	8,46	108	200	5,8	6,4	9,4	120
<b>Ужин</b>										
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,21	0,03	0,57	3,3	30	0,21	0,03	0,57	3,3
Зразы куриные с омлетом и овощами с соусом томатным	70	12,17	9,09	5,68	155,93	100	12,86	14,38	8,36	215,22
Каша гречневая рассыпчатая	110	4,28	3,95	18,74	126,89	130	5,23	4,91	22,9	155,84
Чай с шиповником	180	0,2	0,05	9,47	41,2	180	0,2	0,05	11,46	49,18
Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
<b>Итого пищевая и энергетическая ценность</b>	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич.цен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич.цен (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		61,92	55,15	181,46			1483,05	73,03	71,83	

МЕНЮ на 1 июля 2025 год (основное)

Прием пищи, наименование блюда	Возрастная категория от 1,5 до 3 лет					Возрастная категория от 3 до 7 лет				
	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич.цен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич.цен (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>										
Подгарнировка из зеленого горошка	50	1,55	0,10	3,25	20,00	50	1,55	0,10	3,25	20,00
Омлет натуральный	100	12,39	12,14	2,24	168,44	120	13,32	13,71	2,80	188,75
Чай с сахаром и лимоном	180	0,15	0,02	8,20	34,72	180	0,15	0,02	10,19	42,70
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	70	5,32	0,56	34,44	164,50
<b>Завтрак 2 (10 часов)</b>										
Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Обед</b>										
Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,29	1,05	1,07	15,20	60	0,57	2,09	2,09	30,23
Рассольник ленинградский (крупа перловая) с курицей	175	5,08	4,38	11,78	106,78	195	6,00	5,94	13,51	131,63
Запеканка картофельная с мясом отварным (свинина)	170	10,56	14,45	20,75	256,72	200	12,42	17,65	24,24	307,32
Компот из смеси сухофруктов	180	0,53	0,04	14,83	62,57	180	0,53	0,04	16,82	70,55
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,56	0,11	4,94	23,20	30	1,68	0,33	14,82	69,60
<b>Полдник</b>										
Булочка	30	2,25	2,94	22,32	125,10	50	3,75	4,90	37,20	208,50
Молоко "Умница"	180	5,22	5,76	8,46	108,00	200	5,80	6,40	9,40	120,00
<b>Ужин</b>										
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,21	0,03	0,57	3,30	30	0,21	0,03	0,57	3,30
Зразы куриные с омлетом и овощами с соусом томатным	70	12,17	9,09	5,68	155,93	100	12,86	14,38	8,36	215,22
Каша гречневая рассыпчатая	110	4,28	3,95	18,74	126,89	130	5,23	4,91	22,90	155,84
Чай с шиповником	180	0,20	0,05	9,47	41,20	180	0,20	0,05	11,46	49,18
Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,50	20	1,52	0,16	9,84	47,00
<b>Итого пищевая и энергетическая ценность</b>	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич.цен (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич.цен (ккал)
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
		61,92	55,15	181,46			1483,05	73,03	71,83	