

_____/_____/_____/_____/_____

МЕНЮ
на 10.11.2025 понедельник
Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углевод ы
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом	150	153	4,55	4,83	22,86
Сыр (порциями)	10	36	2,32	2,95	
Хлеб пшеничный	20	47	1,52	0,16	9,84
Кофейный напиток с молоком	180	79	2,52	2,25	12,24
Пищевая ценность	360	315	10,91	10,19	44,94
Второй завтрак					
Напиток плодово-ягодный	100	21	0,05	0,02	4,95
Пищевая ценность	100	21	0,05	0,02	4,95
Обед					
Щи из свежей капусты на курин. бульоне со сметаной	150	37	0,90	2,70	2,28
Макаронные изделия отварные	110	135	4,07	3,63	21,67
Гуляш из отварного мяса	50	129	10,00	9,75	1,65
Компот из смеси сухофруктов	100	42	0,30	0,05	10,05
Хлеб ржаной	40	82	3,20	0,60	16,04
Пищевая ценность	450	426	18,47	16,73	51,69
Полдник					
Кондитерское изделие	50	208	3,75	4,90	37,20
Чай с сахаром	150	29	0,15	0,08	6,98
Пищевая ценность	200	237	3,90	4,98	44,18
Ужин					
Каша гречневая с овощами	180	272	10,85	9,38	36,08
Чай с сахаром	180	34	0,18	0,09	8,37
Хлеб пшеничный	40	94	3,04	0,32	19,68
Пищевая ценность	400	400	14,07	9,79	64,13
Итого за день - Пищевая ценность		1397	47,41	41,70	209,89

_____/_____/_____/_____/_____

МЕНЮ
на 10.11.2025 понедельник
Дети от 3 до 7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углевод ы
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом	170	173	5,16	5,47	25,91
Сыр (порциями)	10	36	2,32	2,95	
Хлеб пшеничный	30	70	2,28	0,24	14,76
Кофейный напиток с молоком	200	88	2,80	2,50	13,60
Пищевая ценность	410	367	12,56	11,16	54,27
Второй завтрак					
Напиток плодово-ягодный	100	21	0,05	0,02	4,95
Пищевая ценность	100	21	0,05	0,02	4,95
Обед					
Щи из свежей капусты на курин. бульоне со сметаной	200	49	1,20	3,60	3,04
Макаронные изделия отварные	130	160	4,81	4,29	25,61
Гуляш из отварного мяса	70	181	14,00	13,65	2,31
Компот из смеси сухофруктов	150	63	0,45	0,08	15,08
Хлеб ржаной	50	103	4,00	0,75	20,05
Пищевая ценность	600	556	24,46	22,37	66,09
Полдник					
Кондитерское изделие	50	208	3,75	4,90	37,20
Чай с сахаром	200	38	0,20	0,10	9,30
Пищевая ценность	250	246	3,95	5,00	46,50
Ужин					
Каша гречневая с овощами	200	302	12,06	10,42	40,09
Чай с сахаром	200	38	0,20	0,10	9,30
Хлеб пшеничный	50	117	3,80	0,40	24,60
Пищевая ценность	450	457	16,06	10,92	73,99
Итого за день - Пищевая ценность		1647	57,08	49,47	245,80

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550830133

Владелец Юшкова Наталья Владимировна

Действителен с 10.11.2025 по 10.11.2026