

**МЕНЮ**

на 20.04.2026 понедельник

Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углевод ы
<b>Завтрак</b>					
Каша манная молочная с маслом	150	161	4,30	4,51	25,87
Сыр (порциями)	10	34	2,60	2,65	0,30
Хлеб пшеничный	20	39	1,70	0,32	7,40
Кофейный напиток с молоком	180	68	1,92	2,17	10,31
<b>Пищевая ценность</b>	<b>360</b>	<b>303</b>	<b>10,52</b>	<b>9,65</b>	<b>43,88</b>
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый	100	47	0,40		11,30
<b>Пищевая ценность</b>	<b>100</b>	<b>47</b>	<b>0,40</b>		<b>11,30</b>
<b>Обед</b>					
Щи из свежей капусты на курин. бульоне со сметаной	150	38	0,72	2,33	3,59
Макароны отварные	110	142	3,52	3,76	23,59
Гуляш из отварного мяса	50	129	9,51	9,51	1,24
Компот из смеси сухофруктов	100	34	0,02		8,50
Хлеб ржаной	40	69	2,64	0,48	13,64
<b>Пищевая ценность</b>	<b>450</b>	<b>413</b>	<b>16,41</b>	<b>16,07</b>	<b>50,56</b>
<b>Полдник</b>					
Кондитерское изделие	50	115	3,75	5,90	11,80
Чай с сахаром	150	29	0,22	0,06	6,78
<b>Пищевая ценность</b>	<b>200</b>	<b>144</b>	<b>3,98</b>	<b>5,96</b>	<b>18,58</b>
<b>Ужин</b>					
Рис припущенный с овощами	180	248	4,64	6,16	43,20
Чай с сахаром	180	34	0,27	0,07	8,14
Хлеб пшеничный	40	79	3,40	0,64	14,80
<b>Пищевая ценность</b>	<b>400</b>	<b>360</b>	<b>8,31</b>	<b>6,87</b>	<b>66,14</b>
<b>Итого за день - Пищевая ценность</b>		<b>1267</b>	<b>39,62</b>	<b>38,55</b>	<b>190,46</b>

**МЕНЮ**

на 20.04.2026 понедельник

Дети 3-7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углевод ы
<b>Завтрак</b>					
Каша манная молочная с маслом	170	183	4,88	5,11	29,32
Сыр (порциями)	10	34	2,60	2,65	0,30
Хлеб пшеничный	30	59	2,55	0,48	11,10
Кофейный напиток с молоком	200	76	2,13	2,41	11,45
<b>Пищевая ценность</b>	<b>410</b>	<b>352</b>	<b>12,16</b>	<b>10,65</b>	<b>52,17</b>
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый	100	47	0,40		11,30
<b>Пищевая ценность</b>	<b>100</b>	<b>47</b>	<b>0,40</b>		<b>11,30</b>
<b>Обед</b>					
Щи из свежей капусты на курин. бульоне со сметаной	200	51	0,96	3,10	4,79
Макароны отварные	130	168	4,16	4,44	27,88
Гуляш из отварного мяса	70	181	13,31	13,31	1,74
Компот из смеси сухофруктов	150	51	0,03		12,75
Хлеб ржаной	50	87	3,30	0,60	17,05
<b>Пищевая ценность</b>	<b>600</b>	<b>537</b>	<b>21,76</b>	<b>21,45</b>	<b>64,21</b>
<b>Полдник</b>					
Кондитерское изделие	50	115	3,75	5,90	11,80
Чай с сахаром	150	29	0,22	0,06	6,78
<b>Пищевая ценность</b>	<b>200</b>	<b>144</b>	<b>3,98</b>	<b>5,96</b>	<b>18,58</b>
<b>Ужин</b>					
Рис припущенный с овощами	200	275	5,16	6,84	48,00
Чай с сахаром	200	38	0,30	0,08	9,04
Хлеб пшеничный	50	98	4,25	0,80	18,50
<b>Пищевая ценность</b>	<b>450</b>	<b>411</b>	<b>9,71</b>	<b>7,72</b>	<b>75,54</b>
<b>Итого за день - Пищевая ценность</b>		<b>1491</b>	<b>48,00</b>	<b>45,79</b>	<b>221,80</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 352191790442986473152692261956718905753445707942

Владелец Юшкова Наталья Владимировна

Действителен с 20.04.2026 по 20.04.2027