

_____ / _____ / _____ / _____ /

МЕНЮ
на 20.07.2026 понедельник
Дети от 1 до 3 лет

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углевод ы
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом	150	146	3,98	4,44	22,40
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
Пищевая ценность	360	288	10,20	9,58	40,41
Второй завтрак					
Сок фруктовый	100	47	0,40		11,30
Пищевая ценность	100	47	0,40		11,30
Обед					
Салат из капусты белокачанной	30	29	0,47	1,82	2,80
Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметаной	150	53	1,16	2,17	7,15
Плов из курицы	130	194	9,98	5,50	26,08
Компот из смеси сухофруктов	100	22	0,02		5,53
Хлеб ржаной	40	69	2,64	0,48	13,64
Пищевая ценность	450	367	14,28	9,97	55,20
Полдник					
Кондитерское изделие	50	116	3,75	5,90	11,80
Чай с молоком	150	47	1,10	1,11	8,25
Пищевая ценность	200	163	4,85	7,01	20,05
Ужин					
Макароны отварные с сыром	180	184	6,29	4,73	28,85
Чай с сахаром	180	38	0,27	0,07	9,04
Хлеб пшеничный	40	79	3,40	0,64	14,80
Пищевая ценность	400	300	9,96	5,45	52,69
Итого за день - Пищевая ценность		1164	39,69	32,01	179,64

_____ / _____ / _____ / _____ /

МЕНЮ
на 20.07.2026 понедельник
Дети 3-7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углевод ы
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом	170	165	4,51	5,03	25,39
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
Пищевая ценность	410	334	11,79	10,57	48,24
Второй завтрак					
Сок фруктовый	100	47	0,40		11,30
Пищевая ценность	100	47	0,40		11,30
Обед					
Салат из капусты белокачанной	30	29	0,47	1,82	2,80
Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметаной	200	70	1,55	2,89	9,53
Плов из курицы	170	254	13,06	7,19	34,10
Компот из смеси сухофруктов	150	33	0,03		8,30
Хлеб ржаной	50	87	3,30	0,60	17,05
Пищевая ценность	600	472	18,41	12,50	71,78
Полдник					
Кондитерское изделие	50	116	3,75	5,90	11,80
Чай с молоком	150	47	1,10	1,11	8,25
Пищевая ценность	200	163	4,85	7,01	20,05
Ужин					
Макароны отварные с сыром	200	204	6,99	5,26	32,06
Чай с сахаром	200	42	0,30	0,08	10,04
Хлеб пшеничный	50	98	4,25	0,80	18,50
Пищевая ценность	450	345	11,54	6,14	60,60
Итого за день - Пищевая ценность		1361	46,99	36,23	211,97

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 564644994569073537114765422031472967103361152734

Владелец Юшкова Наталья Владимировна

Действителен с 15.06.2026 по 15.06.2027