

_____/_____/_____/_____/_____

МЕНЮ
на 10.08.2026 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	162	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
Пищевая ценность	360	303	10,52	9,65	43,88
Второй завтрак					
Сок фруктовый	100	47	0,40		11,30
Пищевая ценность	100	47	0,40		11,30
Обед					
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
Пищевая ценность	450	413	16,41	16,07	50,56
Полдник					
Кондитерское изделие	50	115	3,75	5,90	11,80
Чай с сахаром	150	32	0,23	0,06	7,53
Пищевая ценность	200	147	3,98	5,96	19,33
Ужин					
Рис припущенный с овощами	180	248	4,64	6,16	43,20
Чай с сахаром	180	38	0,27	0,07	9,04
Хлеб пшеничный	40	79	3,40	0,64	14,80
Пищевая ценность	400	364	8,32	6,87	67,04
Итого за день - Пищевая ценность		1274	39,62	38,55	192,10

_____/_____/_____/_____/_____

МЕНЮ
на 10.08.2026 понедельник
Дети 3-7 лет

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углевод ы
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом	170	183	4,87	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
Пищевая ценность	410	352	12,15	10,65	52,17
Второй завтрак					
Сок фруктовый	100	47	0,40		11,30
Пищевая ценность	100	47	0,40		11,30
Обед					
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
Пищевая ценность	600	537	21,76	21,45	64,21
Полдник					
Кондитерское изделие	50	115	3,75	5,90	11,80
Чай с сахаром	150	32	0,23	0,06	7,53
Пищевая ценность	200	147	3,98	5,96	19,33
Ужин					
Рис припущенный с овощами	200	275	5,16	6,84	48,00
Чай с сахаром	200	42	0,30	0,08	10,04
Хлеб пшеничный	50	98	4,25	0,80	18,50
Пищевая ценность	450	416	9,71	7,72	76,54
Итого за день - Пищевая ценность		1499	48,01	45,79	223,55

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 564644994569073537114765422031472967103361152734

Владелец Юшкова Наталья Владимировна

Действителен с 15.06.2026 по 15.06.2027