01.09.2026 (3-7лет, 2вт)

Основная (3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
180	***Суп молочный овсяный протертый*** *Молоко, Крупа овсяная, Сахар, Масло сливочное*	Калорийность-154, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-19, ВитаминС-1
180	***Чай с молоком или сливками*** *Чай, Сахар, Молоко*	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14, ВитаминС-1
40	***Бутерброды с маслом*** *Масло сливочное, Хлеб пшеничный*	Калорийность-136, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-15
	Итого за Завтрак1	Калорийность-379, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-48, ВитаминС-2
	Завтрак2	
78	***Соки овощные, фруктовые и ягодные***	
	Итого за Завтрак2	
	Обед	
63	***Салат из свежих помидоров с луком*** *Помидоры, Лук зеленый, Масло растительное*	Калорийность-50, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3, ВитаминС-13
200	***Суп картофельный с бобовыми*** *Картофель, Фасоль, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное*	Калорийность-125, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-16
83	***Котлеты рубленые из птицы или кролика*** *Филе куриное, Хлеб пшеничный, Молоко, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное*	Калорийность-154, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-9
130	***Рагу из овощей*** *Масло сливочное, Мука пшеничная в/с, Соль, Сметана, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло растительное*	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминС-7
15	***Хлеб пшеничный***	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7
39	***Хлеб ржаной***	Калорийность-106, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20
180	***Компот из свежих плодов*** *Яблоки, Сахар, Кислота лимонная*	Калорийность-91, Углеводы-22, ВитаминС-4
46	***Плоды и ягоды свежие***	Калорийность-22, Углеводы-5
	Итого за Обед	Калорийность-720, Белки-22, Жиры-28, Углеводы-92, ВитаминС-24
	УплПолдник	
50	***Булочка "Плюшка"***	Калорийность-10, Углеводы-2
180	***Напиток из плодов шиповника*** *Плоды шиповника сушеные, Сахар*	Калорийность-73, Белки-1, Углеводы-17, ВитаминС-90
	Итого за УплПолдник	Калорийность-83, Белки-1, Углеводы-19, ВитаминС-90
	Итого за	Калорийность-1 182, Белки-34, Жиры-44, Углеводы-159, ВитаминС-116

Заведующий _____ Минаева Л.Е. _____

01.09.2026 (1,5-3 года, 2вт)

Основная (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
150	***Суп молочный овсяный протертый*** *Молоко, Крупа овсяная, Сахар, Масло сливочное*	Калорийность-128, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-1
150	***Чай с молоком или сливками*** *Чай, Сахар, Молоко*	Калорийность-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12, ВитаминС-1
30	***Бутерброды с маслом*** *Масло сливочное, Хлеб пшеничный*	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-11
	Итого за Завтрак1	Калорийность-304, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-39, ВитаминС-2
	Завтрак2	
78	***Соки овощные, фруктовые и ягодные***	
	Итого за Завтрак2	
	Обед	
42	***Салат из свежих помидоров с луком*** *Помидоры, Лук зеленый, Масло растительное*	Калорийность-34, Жиры-3, Углеводы-2, ВитаминС-9
180	***Суп картофельный с бобовыми*** *Картофель, Фасоль, Соль, Укроп, петрушка (зелень), Перец сладкий, Кабачки, Чеснок, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное*	Калорийность-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-14
62	***Котлеты рубленые из птицы или кролика*** *Филе куриное, Хлеб пшеничный, Молоко, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное*	Калорийность-115, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
110	***Рагу из овощей*** *Масло сливочное, Мука пшеничная в/с, Соль, Сметана, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло растительное*	Калорийность-116, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминС-6
7	***Хлеб пшеничный***	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3
31	***Хлеб ржаной***	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
150	***Компот из свежих плодов*** *Яблоки, Сахар, Кислота лимонная*	Калорийность-76, Углеводы-18, ВитаминС-3
46	***Плоды и ягоды свежие***	Калорийность-22, Углеводы-5
	Итого за Обед	Калорийность-575, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-74, ВитаминС-18
	УплПолдник	
50	***Булочка "Плюшка"***	Калорийность-10, Углеводы-2
150	***Напиток из плодов шиповника*** *Плоды шиповника сушеные, Сахар*	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-14, ВитаминС-75
	Итого за УплПолдник	Калорийность-71, Белки-1, Углеводы-16, ВитаминС-75
	Итого за	Калорийность-950, Белки-26, Жиры-36, Углеводы-129, ВитаминС-95

Заведующий _____ Минаева Л.Е. _____