15.09.2026 (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
37	**Бутерброды с маслом** *Масло сливочное, Хлеб пшеничный*	Калорийность-126, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14
	Итого за Завтрак1	Калорийность-369, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-47, ВитаминС-2
	Завтрак2	
75	**Соки овощные, фруктовые и ягодные**	
	Итого за Завтрак2	
	Обед	
60	**Салат из свеклы с курагой и изюмом** *Свекла, Курага, Изюм, Масло растительное*	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8, ВитаминС-5
200	**Суп картофельный с бобовыми** *Картофель, Горох, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное*	Калорийность-125, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-16
81	**Котлеты рубленые из птицы или кролика** *Филе куриное, Хлеб пшеничный, Молоко, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное*	Калорийность-151, 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
13	**Хлеб пшеничный**	Калорийность-31, Белки-1, Углеводы-6
36	**Хлеб ржаной**	Калорийность-98, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19
180	**Компот из свежих плодов** *Яблоки, Сахар, Кислота лимонная*	Калорийность-91, Углеводы-22, ВитаминС-4
63	**Плоды и ягоды свежие**	Калорийность-30, Углеводы-6
	Итого за Обед	Калорийность-732, Белки-22, Жиры-28, Углеводы-96, ВитаминС-16
	УплПолдник	
50	**Булочка**	Калорийность-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-27
180	**Напиток из плодов шиповника** *Плоды шиповника сушеные, Сахар*	Калорийность-73, Белки-1, Углеводы-17, ВитаминС-90
	Итого за УплПолдник	Калорийность-233, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-44, ВитаминС-90
	Итого за	Калорийность-1 334, Белки-38, Жиры-48, Углеводы-187, ВитаминС-108

Заведующий _____ Мисаль Л.Е.

15.09.2026 (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
27	**Бутерброды с маслом** *Масло сливочное, Хлеб пшеничный*	Калорийность-92, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10
	Итого за Завтрак1	Калорийность-294, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-38, ВитаминС-2
	Завтрак2	
75	**Соки овощные, фруктовые и ягодные**	
	Итого за Завтрак2	
	Обед	
40	**Салат из свеклы с курагой и изюмом** *Свекла, Курага, Изюм, Масло растительное*	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5, ВитаминС-3
180	**Суп картофельный с бобовыми** *Картофель, Горох, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное*	Калорийность-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-14
61	**Котлеты рубленые из птицы или кролика** *Филе куриное, Хлеб пшеничный, Молоко, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное*	Калорийность-113, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
133	**Рагу из овощей** *Масло сливочное, Чеснок, Перец сладкий, Кабачок, Укроп, петрушка (зелень), Соль, Лук зеленый, Мука пшеничная в/с, Сметана, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло растительное*	Калорийность-140, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминС-7
6	**Хлеб пшеничный**	Калорийность-14, Углеводы-3
28	**Хлеб ржаной**	Калорийность-76, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15
150	**Компот из свежих плодов** *Яблоки, Сахар, Кислота лимонная*	Калорийность-76, Углеводы-18, ВитаминС-3
63	**Плоды и ягоды свежие**	Калорийность-30, Углеводы-6
	Итого за Обед	Калорийность-607, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-78, ВитаминС-13
	УплПолдник	
50	**Булочка**	Калорийность-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-27
150	**Напиток из плодов шиповника** *Плоды шиповника сушеные, Сахар*	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-14, ВитаминС-75
	Итого за УплПолдник	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-41, ВитаминС-75
	Итого за	Калорийность-1 122, Белки-31, Жиры-41, Углеводы-157, ВитаминС-90

Заведующий _____ Мисаль Л.Е.