02.11.2026 (3-7лет, 1пн)

Основная (3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
180	**Суп молочный с макаронными изделиями** *Молоко, Макаронные изделия гр. А, Сахар, Масло сливочное*	Калорийность-140, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-18
180	**Какао с молоком** *Какао порошок, Сахар, Молоко*	Калорийность-120, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-2
43	**Бутерброды с сыром 3-7 лет** *Сыр, Масло сливочное, Хлеб пшеничный*	Калорийность-130, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14
	Итого за Завтрак1	Калорийность-390, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-51, ВитаминС-2
	Завтрак2	
75	**Плоды и ягоды свежие**	Калорийность-35, Углеводы-7
	Итого за Завтрак2	Калорийность-35, Углеводы-7
	Обед	
57	**Салат из белокочанной капусты** *Капуста, Лук зеленый, Кислота лимонная, Сахар, Масло растительное*	Калорийность-49, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-20
200	**Борщ с картофелем** *Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Масло растительное, Сахар, Сметана*	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11, ВитаминС-7
84	**Котлеты, биточки, шницели рубленые** *Говядина, Хлеб пшеничный, Молоко, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное, Лук репчатый, Соль*	Калорийность-119, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-5, ВитаминС-1
129	**Пюре картофельное** *Картофель, Молоко, Масло сливочное*	Калорийность-118, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18, ВитаминС-16
40	**Хлеб ржаной**	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-21
14	**Хлеб пшеничный**	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7
180	**Компот из сушеных фруктов** *Сухофрукты смесь, Сахар, Кислота лимонная*	Калорийность-91, Углеводы-22
	Итого за Обед	Калорийность-607, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-89, ВитаминС-44
	УплПолдник	
118	**Запеканка из творога с морковью** *Творог, Крупа манная, Сахар, Морковь, Яйцо, Молоко, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сметана*	Калорийность-265, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-27, ВитаминС-1
15	**Молоко сгущенное порция**	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-8
163	**Снежок**	Калорийность-86, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-7, ВитаминС-1
	Итого за УплПолдник	Калорийность-395, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-42, ВитаминС-2
	Итого за	Калорийность-1 427, Белки-51, Жиры-52, Углеводы-189, ВитаминС-48

Заведующий _____ Мигель Л.Е. _____

02.11.2026 (1,5-3 года, 1пн)

Основная (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
150	**Суп молочный с макаронными изделиями** *Молоко, Макаронные изделия гр. А, Сахар, Масло сливочное*	Калорийность-117, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-15
150	**Какао с молоком** *Какао порошок, Сахар, Молоко*	Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, ВитаминС-1
34	**Бутерброды с сыром 3-7 лет** *Сыр, Масло сливочное, Хлеб пшеничный*	Калорийность-103, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-11
	Итого за Завтрак1	Калорийность-320, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-42, ВитаминС-1
	Завтрак2	
75	**Плоды и ягоды свежие**	Калорийность-35, Углеводы-7
	Итого за Завтрак2	Калорийность-35, Углеводы-7
	Обед	
38	**Салат из белокочанной капусты** *Капуста, Лук зеленый, Кислота лимонная, Сахар, Масло растительное*	Калорийность-33, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминС-13
180	**Борщ с картофелем** *Свекла, Чеснок, Перец сладкий, Укроп, петрушка (зелень), Соль, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Масло растительное, Сахар, Сметана*	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-10, ВитаминС-6
63	**Котлеты, биточки, шницели рубленые** *Говядина, Хлеб пшеничный, Молоко, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное, Лук репчатый, Соль*	Калорийность-90, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминС-1
109	**Пюре картофельное** *Картофель, Молоко, Масло сливочное*	Калорийность-100, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, ВитаминС-13
32	**Хлеб ржаной**	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17
7	**Хлеб пшеничный**	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3
150	**Компот из сушеных фруктов** *Сухофрукты смесь, Сахар, Кислота лимонная*	Калорийность-76, Углеводы-19
	Итого за Обед	Калорийность-481, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-71, ВитаминС-33
	УплПолдник	
98	**Запеканка из творога с морковью** *Творог, Крупа манная, Сахар, Морковь, Яйцо, Молоко, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сметана*	Калорийность-221, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-22, ВитаминС-1
15	**Молоко сгущенное порция**	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-8
130	**Снежок**	Калорийность-69, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-1
	Итого за УплПолдник	Калорийность-334, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-35, ВитаминС-2
	Итого за	Калорийность-1 170, Белки-40, Жиры-43, Углеводы-155, ВитаминС-36

Заведующий _____ Мигель Л.Е. _____