06.11.2026 (3-7лет, 1пт)

Основная (3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
180	**Суп молочный с крупой гречневой** *Молоко, Крупа гречневая, Сахар, Масло сливочное*	Калорийность-120, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-14, ВитаминС-2
180	**Какао с молоком** *Какао порошок, Сахар, Молоко*	Калорийность-120, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-2
40	**Бутерброды с маслом** *Масло сливочное, Хлеб пшеничный*	Калорийность-136, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-15
	Итого за Завтрак1	Калорийность-376, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-48, ВитаминС-4
	Завтрак2	
98	**Плоды и ягоды свежие**	Калорийность-46, Углеводы-10
	Итого за Завтрак2	Калорийность-46, Углеводы-10
	Обед	
74	**Салат из свежих огурцов** *Огурцы, Масло растительное*	Калорийность-50, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-2, ВитаминС-7
200	**Суп картофельный с макаронными изделиями** *Картофель, Макаронные изделия гр. А, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное*	Калорийность-84, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14, ВитаминС-7
79	**Рыба, тушенная с овощами** *Филе минтая, Морковь, Томатная паста, Лук репчатый, Масло растительное*	Калорийность-41, Жиры-3, Углеводы-2
14	**Хлеб пшеничный**	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7
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
	Итого за Обед	Калорийность-397, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-66, ВитаминС-18
	УплПолдник	
40	**Яйца вареные**	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
50	**Булочка**	Калорийность-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-27
162	**Йогурт**	Калорийность-110, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-1
	Итого за УплПолдник	Калорийность-333, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-33, ВитаминС-1
	Итого за	Калорийность-1 152, Белки-36, Жиры-42, Углеводы-157, ВитаминС-23

Заведующий _____ Мигаль Л.Е.

06.11.2026 (1,5-3 года, 1пт)

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 крупой гречневой** *Молоко, Крупа гречневая, Сахар, Масло сливочное*	Калорийность-100, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-12, ВитаминС-1
150	**Какао с молоком** *Какао порошок, Сахар, Молоко*	Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, ВитаминС-1
30	**Бутерброды с маслом** *Масло сливочное, Хлеб пшеничный*	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-11
	Итого за Завтрак1	Калорийность-302, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-39, ВитаминС-2
	Завтрак2	
98	**Плоды и ягоды свежие**	Калорийность-46, Углеводы-10
	Итого за Завтрак2	Калорийность-46, Углеводы-10
	Обед	
49	**Салат из свежих огурцов** *Огурцы, Масло растительное*	Калорийность-33, Жиры-3, Углеводы-1, ВитаминС-5
180	**Суп картофельный с макаронными изделиями** *Картофель, Лук зеленый, Укроп, петрушка (зелень), Чеснок, Макаронные изделия гр. А, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное*	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12, ВитаминС-6
58	**Рыба, тушенная с овощами** *Филе минтая, Морковь, Томатная паста, Лук репчатый, Масло растительное*	Калорийность-30, Жиры-2, Углеводы-2
7	**Хлеб пшеничный**	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3
29	**Хлеб ржаной**	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15
150	**Компот из свежих плодов** *Яблоки, Сахар, Кислота лимонная*	Калорийность-76, Углеводы-18, ВитаминС-3
	Итого за Обед	Калорийность-309, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-51, ВитаминС-14
	УплПолдник	
20	**Яйца вареные**	Калорийность-32, Белки-3, Жиры-2
50	**Булочка**	Калорийность-160, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-27
130	**Йогурт**	Калорийность-88, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-1
	Итого за УплПолдник	Калорийность-280, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-32, ВитаминС-1
	Итого за	Калорийность-937, Белки-28, Жиры-32, Углеводы-132, ВитаминС-17

Заведующий _____ Мигаль Л.Е.