

Дата 8.07.25

7 день

# МЕНЮ



## Завтрак

| № | НАЗВАНИЕ                                        | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                   | КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ) |                   |
|---|-------------------------------------------------|--------------------|-------------------|---------------------|-------------------|
|   |                                                 | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ      | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ       | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ |
| 1 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом и сахаром | 150+5+5            | 160+5+5           | 151                 | 160               |
| 2 | Сливочное масло                                 | 5                  | 5                 | 33,05               | 33,05             |
| 3 | Сыр                                             | 10                 | 15                | 36                  | 54                |
| 4 | Хлеб пшеничный                                  | 20                 | 20                | 47                  | 47                |
| 5 | Чай с лимоном и сахаром                         | 150+3,5+7          | 180+7+10          | 29                  | 41                |
|   | <b>итого</b>                                    | <b>355,5</b>       | <b>407</b>        | <b>296,05</b>       | <b>335,05</b>     |

## Второй завтрак

| № | НАЗВАНИЕ      | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                   | КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ) |                   |
|---|---------------|--------------------|-------------------|---------------------|-------------------|
|   |               | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ      | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ       | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ |
| 1 | Сок фруктовый | 125                | 180               | 53,47               | 77                |

## Обед

| № | НАЗВАНИЕ                               | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                   | КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ) |                   |
|---|----------------------------------------|--------------------|-------------------|---------------------|-------------------|
|   |                                        | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ      | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ       | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ |
| 1 | Борщ с капустой и картофелем + сметана | 150+5              | 180+5             | 62                  | 74                |
| 2 | Котлета рубленая из птицы              | 50                 | 70                | 137                 | 191               |
| 3 | Картофельное пюре                      | 110                | 130               | 101                 | 119               |
| 4 | Огурец свежий                          | 20                 | 20                | 2,2                 | 3,3               |
| 5 | Хлеб пшеничный                         | 15                 | 30                | 35                  | 70,5              |
| 6 | Хлеб ржаной                            | 26                 | 30                | 45,24               | 52,2              |
| 7 | Компот из сухофруктов                  | 150                | 180               | 84,75               | 101,7             |
|   | <b>итого</b>                           | <b>526</b>         | <b>645</b>        | <b>467</b>          | <b>612</b>        |

## Полдник

| № | НАЗВАНИЕ                      | ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г) |                   | КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ) |                   |
|---|-------------------------------|--------------------|-------------------|---------------------|-------------------|
|   |                               | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ      | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ | ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ       | ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ |
| 1 | Сырники из творога с повидлом | 50+10              | 90+15             | 116                 | 209               |
| 2 | Кефир                         | 160                | 200               | 80                  | 100               |
|   | <b>итого</b>                  | <b>220</b>         | <b>305</b>        | <b>196</b>          | <b>309</b>        |
|   | <b>всего</b>                  | <b>1226,5</b>      | <b>1537</b>       |                     |                   |

Повар Росинка