

Меню на 22.04.2026г (с 1,5-3 л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День 3							
завтрак	Каша овсяная «Геркулес»	130	4,5	6,5	17,5	146,9	
	Кофейный напиток	150	3,5	2,8	15,7	102,9	
	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Повидло	10	0	0	6,1	25,2	
Итого		320	10,3	10,2	55,2	353,6	
II завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	
Итого		100	0,4	0,4	9,8	47	
обед	Помидор свежий	30	0	0,1	1,1	7,2	
	Суп овощной с курицей и сметаной	150	3,7	6,3	7	103,6	
	Плов из мяса кур	180	7,4	4,58	21,04	152,73	
	Компот из сухофруктов	150	0	0	11,6	46,5	
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,9	15	78	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,2	0,4	13,7	66	
Итого		570	15,7	12,3	69,44	454,03	
Уплотненный полдник	Омлет с сыром	85	9,1	15,8	1,4	184	
	Чай	150	0,1	0	9,9	40,7	
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,9	15	78	
Итого		265	11,6	16,7	26,3	301,9	
Итого за 3 день	Итого за весь день	1255	38	39,6	160,7	1156,53	

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова

Меню на 22.04.2026г (с 3-7л)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День 3							
завтрак	Каша овсяная «Геркулес»	200	6,5	8,3	27	210,3	
	Кофейный напиток	180	4,2	3,4	18,8	123,3	
	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Повидло	15	0	0	9,35	36,6	
Итого		425	13	12,6	70,55	448,8	
II завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	
Итого		100	0,4	0,4	9,8	47	
обед	Помидор свежий	60	0,6	0,2	2,2	14,4	
	Суп овощной с курицей и сметаной	250	4,2	7,3	11,1	129,5	
	Плов из мяса кур	230	9,45	5,85	26,88	195,15	
	Компот из сухофруктов	180	0	0	14	55,8	
	Хлеб пшеничный	40	3,2	1,2	20	104	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,33	12,3	60	
	Итого		790	19,4	14,9	86,48	558,85
Уплотненный полдник	Омлет с сыром	105	11,9	19,5	1,72	227	
	Чай	180	0,1	0	11,7	48,1	
	Хлеб пшеничный	40	3,2	1,2	20	104	
	Итого		325	14,5	20,7	34,52	382,5
Итого за 2 день	Итого за весь день	1640	47,4	48,6	201,4	1437,15	

Старший воспитатель



Ю.В.Лешукова