

**МЕНЮ на 12 февраля 2026 года**День: четвергСезон: осенне-зимнийВозрастная категория: от 1,5 до 3 лет

| Прием пищи                      | Наименование блюда                            | Вес блюда<br>(в граммах) | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин<br>С | №<br>рецептуры |
|---------------------------------|---|--------------------------|----------------------|--------|----------|--------------------------------------|--------------|----------------|
|                                 |   |                          | Белки                | Жиры   | Углеводы |                                      |              |                |
| НЕДЕЛЯ 1<br>ДЕНЬ 4              |   |                          |                      |        |          |                                      |              |                |
| ЗАВТРАК                         | Каша молочная пшеничная                       | 150                      | 6,440                | 5,063  | 32,259   | 192,302                              | 1,568        | №89            |
|                                 | Кофейный напиток злаковый на молоке           | 150                      | 2,837                | 2,474  | 15,570   | 92,004                               | 1,470        | №151           |
|                                 | Батон, масло, сыр                             | 20/5/5                   | 2,094                | 4,998  | 10,320   | 92,059                               | 0,045        | №1             |
| Итого за завтрак                |   | 330                      | 11,371               | 12,535 | 58,149   | 376,365                              | 3,083        |                |
| 2-ой ЗАВТРАК                    | Свежий фрукт, яблоко                          | 95                       | 1,482                | 1,539  | 9,120    | 51,908                               | 10           | №144           |
|                                 | Сок фруктовый<br>(промышленного производства) | 100                      | 0,750                | 0,000  | 15,150   | 64,005                               | 3,000        | №399           |
| Итого за 2-ой завтрак           |   | 195                      | 2,232                | 1,539  | 24,270   | 115,913                              | 13,000       |                |
| ОБЕД                            | Салат из капусты и моркови                    | 40                       | 0,624                | 2,581  | 1,003    | 29,483                               | 0,746        | №26            |
|                                 | Свекольник со сметаной и яйцом на м/б         | 150                      | 1,440                | 2,785  | 7,312    | 58,249                               | 8,472        | №36            |
|                                 | Тефтели из говядины с рисом                   | 60                       | 9,070                | 6,580  | 4,880    | 135,260                              | 0,520        | №108           |
|                                 | Каша гречневая рассыпчатая                    | 80                       | 3,793                | 4,443  | 21,965   | 137,526                              | 0,01         | №85            |
|                                 | Соус томатный                                 | 30                       | 0,248                | 1,140  | 1,991    | 21,415                               | 0,754        | №179           |
|                                 | Компот из шиповника                           | 150                      | 0,125                | 0,060  | 14,220   | 54,366                               | 65,000       | №158           |
|                                 | Хлеб пшеничный                                | 40                       | 2,371                | 0,275  | 19,680   | 85,762                               | 0,000        | №147           |
|                                 | ржаной  | 20                       | 1,320                | 0,200  | 8,040    | 38,000                               | 0,000        | №149           |
| Итого за обед                   |   | 570                      | 18,991               | 18,064 | 79,091   | 560,061                              | 75,502       |                |
| УПЛОТНЕННЫЙ<br>ПОЛДНИК          | Капуста тушёная                               | 170                      | 3,005                | 6,996  | 13,900   | 127,106                              | 86,20        | №116           |
|                                 | Чай с сахаром                                 | 180                      | 0,140                | 0,000  | 12,636   | 47,947                               | 0,06         | №152           |
|                                 | Батон нарезной                                | 20                       | 1,520                | 0,640  | 8,370    | 48,750                               | 0,000        | №159           |
|                                 | Пряники                                       | 20                       | 1,180                | 0,940  | 15,000   | 73,200                               | 0,000        | №151           |
| Итого за<br>уплотненный полдник |   | 390                      | 5,845                | 8,576  | 49,906   | 297,003                              | 86,26        |                |
| Итого за день:                  |   | 1485,00                  | 38,439               | 40,714 | 211,416  | 1349,342                             | 177,845      |                |

- При новом урожае овощей без тепловой обработки, со старого урожая с тепловой обработкой.
- Пища готовится в щадящем режиме, без ГМО.

**МЕНЮ на 12 февраля 2026 года**День: четвергСезон: осенне-зимнийВозрастная категория: от 3 до 7 лет

| Прием пищи                              | Наименование блюда                            | Вес<br>блюда<br>(в граммах) | Пищевые вещества (г) |               |                | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин<br>С   | №<br>рецептуры |
|---|---|-----------------------------|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------------|----------------|----------------|
|   |   |                             | Белки                | Жиры          | Углеводы       |                                      |                |                |
| <b>НЕДЕЛЯ 1</b>                         |   |                             |                      |               |                |                                      |                |                |
| <b>ДЕНЬ 4</b>                           |   |                             |                      |               |                |                                      |                |                |
| ЗАВТРАК                                 | Каша молочная пшеничная                       | 200                         | 8,586                | 6,751         | 43,012         | 256,402                              | 2,09           | №89            |
|   | Кофейный напиток злаковый на молоке           | 180                         | 3,405                | 2,995         | 18,670         | 110,590                              | 1,760          | №151           |
|   | Батон, масло, сыр                             | 30/5/8                      | 3,222                | 6,325         | 15,460         | 127,791                              | 0,066          | №1             |
| <b>Итого за завтрак</b>                 |   | <b>423</b>                  | <b>15,213</b>        | <b>16,071</b> | <b>58,472</b>  | <b>494,783</b>                       | <b>3,916</b>   |                |
| 2-ой ЗАВТРАК                            | Свежий фрукт, яблоко                          | 100                         | 1,560                | 1,620         | 9,600          | 54,640                               | 10             | №144           |
|   | Сок фруктовый<br>(промышленного производства) | 100                         | 0,750                | 0,000         | 15,150         | 64,005                               | 4,500          | №399           |
| <b>Итого за 2-ой завтрак</b>            |   | <b>200</b>                  | <b>2,310</b>         | <b>1,620</b>  | <b>24,750</b>  | <b>118,645</b>                       | <b>14,5</b>    |                |
| ОБЕД                                    | Салат из свежих огурцов с луком               | 50                          | 0,780                | 2,611         | 1,254          | 29,606                               | 1,119          | №26            |
|   | Свекольник со сметаной и яйцом на м/б         | 250                         | 2,268                | 5,380         | 10,982         | 98,677                               | 12,740         | №36            |
|   | Тефтели из говядины с рисом                   | 70                          | 10,580               | 7,680         | 5,690          | 157,800                              | 0,600          | №108           |
|   | Каша гречневая рассыпчатая                    | 150                         | 7,111                | 8,429         | 41,184         | 258,745                              | 0,018          | №85            |
|   | Соус томатный                                 | 40                          | 0,391                | 2,159         | 3,081          | 32,552                               | 1,356          | №179           |
|   | Компот из шиповника                           | 150                         | 0,125                | 0,060         | 14,220         | 54,366                               | 65,000         | №158           |
|   | Хлеб пшеничный                                | 40                          | 2,371                | 0,275         | 19,680         | 85,762                               | 0,000          | №147           |
|   | ржаной  | 30                          | 1,543                | 0,918         | 10,020         | 52,014                               | 0,000          | №149           |
| <b>Итого за обед</b>                    |   | <b>780</b>                  | <b>25,169</b>        | <b>27,512</b> | <b>106,111</b> | <b>769,522</b>                       | <b>80,833</b>  |                |
| УПЛОТНЕННЫЙ<br>ПОЛДНИК                  | Капуста тушёная                               | 200                         | 3,632                | 7,979         | 17,620         | 152,417                              | 102,8          | №116           |
|   | Чай с сахаром                                 | 200                         | 0,156                | 0,000         | 14,040         | 53,274                               | 0,100          | №152           |
|   | Хлеб пшеничный                                | 30                          | 2,302                | 0,637         | 12,555         | 73,125                               | 0,000          | №159           |
|   | Пряники                                       | 40                          | 2,360                | 1,880         | 30,000         | 146,400                              | 0,000          | №151           |
| <b>Итого за<br/>уплотненный полдник</b> |   | <b>470</b>                  | <b>8,450</b>         | <b>10,496</b> | <b>74,215</b>  | <b>425,216</b>                       | <b>102,9</b>   |                |
| <b>Итого за день:</b>                   |   | <b>1873,00</b>              | <b>51,142</b>        | <b>55,699</b> | <b>263,548</b> | <b>1808,166</b>                      | <b>202,149</b> |                |

- При новом урожае овощей без тепловой обработки, со старого урожая с тепловой обработкой.
- Пицца готовится в щадящем режиме, без ГМО.