

Меню на 13 апреля 2026 годаДень: понедельникСезон: весенне-летнийВозрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
НЕДЕЛЯ 2								
ДЕНЬ 1								
ЗАВТРАК	<i>Каша манная молочная</i>	200	7,070	7,520	35,300	286,210	1,500	№390
	<i>Кофейный напиток злаковый на молоке</i>	180	3,405	2,995	18,670	110,590	1,760	№151
	<i>Батон, масло, сыр</i>	30/5/8	3,222	6,325	15,460	127,791	0,066	№1
Итого за завтрак		423	13,697	16,840	69,430	524,591	3,326	
2-ой ЗАВТРАК	<i>Свежий фрукт, яблоко</i>	100	1,560	1,620	9,600	54,640	10	№144
	<i>Сок фруктовый (промышленного производства)</i>	100	0,750	0,000	15,150	64,005	4,500	№399
Итого за 2-ой завтрак		200	2,310	1,620	24,750	118,645	14,5	
ОБЕД	<i>Салат луковый</i>	30	0,399	2,700	2,100	33,999	1,119	№26
	<i>Борщ красный со сметаной</i>	250	2,292	4,691	17,693	117,740	34,190	№43
	<i>Плов из кур</i>	200	13,385	19,109	36,100	360,897	3,852	№57
	<i>Компот из шиповника</i>	150	0,125	0,060	14,220	54,366	65,000	№158
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,070	0,850	16,740	97,500	0,000	№147
	<i> ржаной</i>	30	1,543	0,918	10,020	52,014	0,000	№149
Итого за обед		700	20,814	28,328	96,873	716,516	104,161	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	<i>Овощи тушенные</i>	200	3,120	5,562	23,380	150,210	50,650	№123
	<i>Чай с сахаром</i>	200	0,156	0,000	14,040	53,274	0,100	№152
	<i>Батон нарезной</i>	30	2,280	0,960	15,000	77,760	0,000	№159
	<i>Пряники</i>	40	2,360	1,880	30,000	146,400	0,000	№151
Итого за уплотненный полдник		470	7,916	8,402	82,420	427,644	50,75	
Итого за день:		1793,00	44,737	55,190	273,473	1787,396	172,737	

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