



Утверждаю  
Директор Т. В. Фращенко

Меню «10» февраля 2025 года

| Возрастная категория 1-3 года                 |                   |                      |              |              |                                |
|---|-------------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
| Наименование блюда                            | Масса порции (гр) | Пищевая ценность(гр) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) |
|   |                   | Б                    | Ж            | У            |                                |
| <b>Завтрак 6 день</b>                         |                   |                      |              |              |                                |
| Суп молочный манный                           | 150               | 4,11                 | 3,78         | 12,07        | 98,85                          |
| Кофейный напиток с молоком сгущенным          | 170               | 2,50                 | 1,69         | 17,78        | 96,33                          |
| Хлеб пшеничный                                | 30                | 0,97                 | 1,14         | 11,49        | 70,50                          |
| <b>Итого завтрак</b>                          |                   | <b>7,58</b>          | <b>6,61</b>  | <b>41,34</b> | <b>265,68</b>                  |
| <b>Завтрак 11</b>                             |                   |                      |              |              |                                |
| Сок фруктовый (яблочный)                      | 150               | 0,75                 | 0,00         | 19,05        | 79,00                          |
| Вафли   | 20                | 0,16                 | 1,22         | 2,5          | 21,68                          |
| <b>Итого завтрак 11</b>                       |                   | <b>1,06</b>          | <b>1,22</b>  | <b>20,68</b> | <b>97,68</b>                   |
| <b>Обед</b>                                   |                   |                      |              |              |                                |
| Суп картофельный с крупой (пшено)             | 150               | 1,30                 | 1,70         | 8,57         | 54,90                          |
| Салат из горошка (консервированного)          | 40                | 1,19                 | 2,07         | 2,50         | 33,44                          |
| Рис отварной                                  | 110               | 2,67                 | 3,94         | 26,90        | 153,78                         |
| Гуляш из отварного мяса                       | 60                | 7,71                 | 6,20         | 1,98         | 94,50                          |
| Компот из свежих плодов (яблок)               | 150               | 0,12                 | 0,12         | 17,91        | 73,20                          |
| Хлеб ржаной                                   | 30                | 1,98                 | 0,36         | 10,02        | 52,20                          |
| Хлеб пшеничный                                | 20                | 1,58                 | 0,20         | 9,66         | 47,0                           |
| <b>Итого обед</b>                             |                   | <b>18,83</b>         | <b>16,04</b> | <b>77,54</b> | <b>512,34</b>                  |
| <b>Полдник</b>                                |                   |                      |              |              |                                |
| Пирожок из дрожжевого теста с фаршем яблочным | 50                | 2,91                 | 3,20         | 24,05        | 136,66                         |
| Чай с сахаром                                 | 180               | 0,06                 | 0,02         | 9,99         | 40,00                          |
| <b>Итого полдник</b>                          |                   | <b>2,97</b>          | <b>3,22</b>  | <b>34,04</b> | <b>176,66</b>                  |
| <b>Итого за день</b>                          |                   | <b>30,44</b>         | <b>27,09</b> | <b>173,6</b> | <b>1052,36</b>                 |

| Возрастная категория 3-7 лет                  |                   |                      |              |               |                                |
|---|-------------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Наименование блюда                            | Масса порции (гр) | Пищевая ценность(гр) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|   |                   | Б                    | Ж            | У             |                                |
| <b>Завтрак</b>                                |                   |                      |              |               |                                |
| Суп молочный манный                           | 180               | 4,93                 | 4,54         | 14,49         | 118,62                         |
| Кофейный напиток с молоком сгущенным          | 180               | 2,65                 | 1,79         | 18,83         | 102,00                         |
| Хлеб пшеничный                                | 30                | 2,37                 | 0,30         | 14,49         | 70,5                           |
| <b>Итого завтрак</b>                          |                   | <b>9,95</b>          | <b>6,36</b>  | <b>47,81</b>  | <b>290,67</b>                  |
| <b>Завтрак 11</b>                             |                   |                      |              |               |                                |
| Сок фруктовый (яблочный)                      | 180               | 0,90                 | 0,00         | 18,18         | 76                             |
| Вафли   | 20                | 0,16                 | 1,22         | 2,5           | 21,68                          |
| <b>Итого завтрак 11</b>                       |                   | <b>1,06</b>          | <b>1,22</b>  | <b>20,68</b>  | <b>97,68</b>                   |
| <b>Обед</b>                                   |                   |                      |              |               |                                |
| Суп картофельный с крупой (пшено)             | 200               | 1,74                 | 2,27         | 11,43         | 73,20                          |
| Салат из горошка консервированного            | 60                | 1,78                 | 3,11         | 3,75          | 50,61                          |
| Рис отварной                                  | 130               | 3,16                 | 4,65         | 31,79         | 181,71                         |
| Гуляш из отварного мяса                       | 70                | 9,02                 | 7,13         | 2,29          | 109,37                         |
| Компот из свежих плодов (яблок)               | 180               | 0,14                 | 0,14         | 21,49         | 87,84                          |
| Хлеб ржаной                                   | 30                | 1,98                 | 0,36         | 10,20         | 52,20                          |
| Хлеб пшеничный                                | 20                | 1,58                 | 0,20         | 9,66          | 47,00                          |
| <b>Итого обед</b>                             |                   | <b>24,33</b>         | <b>25,67</b> | <b>94,16</b>  | <b>654,87</b>                  |
| <b>Полдник</b>                                |                   |                      |              |               |                                |
| Пирожок из дрожжевого теста с фаршем яблочным | 60                | 3,50                 | 3,85         | 28,87         | 164,00                         |
| Чай с сахаром                                 | 200               | 0,06                 | 0,02         | 11,10         | 44,44                          |
| <b>Итого полдник</b>                          |                   | <b>3,56</b>          | <b>4,05</b>  | <b>33,97</b>  | <b>208,44</b>                  |
| <b>Итого за день</b>                          |                   | <b>38,90</b>         | <b>34,30</b> | <b>196,62</b> | <b>1251,66</b>                 |