Ежедневное меню

на 30.06.2025г.

От 3-х до 7-ми лет

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Вес  порции | Калорийность порции |
| Завтрак | Каша манная молочная | 200 | 200 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 79,2 |
| Бутерброд с сливочным маслом | 25/5 | 65,5/36,59 |
|  |  |  |  |
| 2-ой завтрак | Сок фруктовый | 150 | 98,45 |
|  |  |  |  |
| Обед | Салат из вареной свеклы | 55 | 49 |
|  | Суп гречневый на курином бульоне | 200 | 97,8 |
|  | Картофельное пюре/Котлета рыбная, тушенная | 130/70 | 157,54/104,3 |
|  | Компот из сухофруктов | 180 | 108 |
|  | Хлеб ржаной/пшеничный | 30/20 | 72,75/48,5 |
|  |  |  |  |
| Полдник | Снежок | 170 | 145,07 |
|  | Печенье сахарное | 20 | 21,9 |

Ежедневное меню

на 01.07.2025г.

От 3-х до 7-ми лет

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Вес  порции | Калорийность порции |
| Завтрак | Каша геркулесовая молочная | 200 | 212,8 |
| Какао с молоком | 150 | 140,0 |
| Бутерброд с сливочным маслом | 25/5 | 65,5/36,59 |
|  |  |  |  |
| 2-ой завтрак | Сок фруктовый | 150 | 98,45 |
|  |  |  |  |
| Обед | Салат из свежей капусты | 50 | 68,0 |
|  | Суп гороховый на курином бульоне | 180 | 92,9 |
|  | Голубцы ленивые с мясом вареной птицы | 130 | 246,0 |
|  | Компот из сухофруктов | 150 | 90,0 |
|  | Хлеб ржаной/пшеничный | 30/20 | 72,75/48,5 |
|  |  |  |  |
| Полдник | Творожная запеканка | 90 | 174,6 |
|  | Чай сладкий | 180 | 34,2 |

Ежедневное меню

на 02.07.2025г.

От 3-х до 7-ми лет

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Вес  порции | Калорийность порции |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная | 200 | 186,50 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 79,2 |
| Бутерброд с сливочным маслом | 30/5 | 108,0 |
|  |  |  |  |
| 2-ой завтрак | Сок фруктовый | 150 | 98,45 |
|  |  |  |  |
| Обед | Салат из свежих огурцов | 60 | 34,95 |
|  | Суп перловый на курином бульоне | 200 | 100,6 |
|  | Картофельная запеканка с мясом вареной птицы | 130 | 214,41 |
|  | Компот из сухофруктов | 180 | 75,6 |
|  | Хлеб ржаной/пшеничный | 50/25 | 121,25/60,63 |
|  |  |  |  |
| Полдник | Булочка с повидлом | 75 | 237,50 |
|  | Кисель | 180 | 92,50 |
|  |  |  |  |

Ежедневное меню

на 03.07.2025г.

От 3-х до 7-ми лет

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Вес  порции | Калорийность порции |
| Завтрак | Каша пшенная молочная | 200 | 191,92 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 79,22 |
| Бутерброд с сливочным маслом | 30/5 | 108,0 |
|  |  |  |  |
| 2-ой завтрак | Банан | 100 | 82,6 |
|  |  |  |  |
| Обед | Салат из вареной свеклы | 60 | 53,41 |
|  | Щи на курином бульоне | 200 | 136,0 |
|  | Гречка отварная/Бефстроганов из мяса вареной птицы | 130/80 | 209,2/240,0 |
|  | Компот из сухофруктов | 180 | 75,6 |
|  | Хлеб ржаной/пшеничный | 50/25 | 121,25/60,63 |
|  |  |  |  |
| Полдник | Молоко кипяченое | 180 | 101,95 |
|  | Печенье сахарное | 25 | 130,33 |

Ежедневное меню

на 04.07.2025г.

От 3-х до 7-ми лет

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Вес  порции | Калорийность порции |
| Завтрак | Каша гречневая молочная | 200 | 191,92 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 79,22 |
| Бутерброд с сливочным маслом | 30/5 | 108,0 |
|  |  |  |  |
| 2-ой завтрак | Сок фруктовый | 150 | 82,6 |
|  |  |  |  |
| Обед | Салат из свежих огурцов | 60 | 34,95 |
|  | Суп вермишелевый на курином бульоне | 200 | 136,0 |
|  | Рис отварной/Котлета из мяса птицы, тушенная | 130/80 | 214,3/227,57 |
|  | Компот из сухофруктов | 180 | 75,6 |
|  | Хлеб ржаной/пшеничный | 50/25 | 121,25/60,63 |
|  |  |  |  |
| Полдник | Кисель | 180 | 92,50 |
|  | Печенье сахарное | 25 | 130,33 |