



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 10 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11.25	11.91	53.46	374.90
Для бутерброда:					
батон Особый	18.00	1.40	0.20	8.10	40.50
масло сливочное 72,5%	5.00	0.10	3.60	0.10	33.10
Каша "Дружба" молочная жидкая	180	5.76	5.54	25.10	178.70
Кофейный напиток с молоком	180	3.10	2.40	10.90	78.40
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20.00	0.89	0.17	9.26	44.20
Второй завтрак		0.95	0.20	13.65	90.00
Фрукт Яблоко	100	0.95	0.2	13.65	90.00
Обед		22.36	24.67	95.66	627.00
Яйцо отварное	40	5.20	4.80	4.50	62.80
Суп с макаронными изделиями	180	4.49	8.80	27.08	187.95
Птица, запеченная с картофелем в сметанном соусе	200	10.32	10.58	33.74	236.7
Напиток из яблок и кураги	180	0.34	0.1	9.5	40.1
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.2
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25

Полдник		8.47	9.32	40.35	263.88
Манник	70	8.25	9.25	35.00	241.12
Кисломолочный напиток (Снежок)	180	0.22	0.07	5.35	22.76
Итого:		43.03	46.10	203.12	1355.78

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 11 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11.33	11.79	50.16	367.60
Для бутерброда:					
батон Особый	18.00	1.40	0.20	8.10	40.50
Сыр Сулугуни	10.00	2.00	2.80	0.00	27.00
Каша молочная ячневая	180	4.14	7.12	25.00	202.10
Чай с молоком	180	2.90	1.50	7.80	53.80
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20.00	0.89	0.17	9.26	44.20
Второй завтрак		0.72	0.72	13.64	75.60
Сок	180	0.72	0.72	13.64	75.60
Обед		22.55	22.13	92.15	682.46
Горошек консервированный (после термической)	50	1.10	0.00	5.60	29.00
Борщ с птицей и сметаной	180	2.55	4.87	21.89	203.67
Азу	70	7.43	13.16	28.66	203.23
Пюре картофельное	130	9.23	3.64	4.31	101.79
Напиток из вишни	180	0.23	0.07	10.85	45.32
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25
Полдник		8.47	9.41	40.003	281.34

Шанежка наливная	50	8.46	9.41	30.02	241.36
Чай с сахаром и лимоном	200	0.01	0.00	9.98	39.98
Итого:		43.07	44.05	195.95	1407.00

Зав. Столовой_____

Мед. Работник_____



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 12 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		10.33	11.84	54.10	377.93
Для бутерброда:					
батон Особый	18.00	1.40	0.20	8.10	40.50
Повидло	15.00	0.00	0.00	9.40	37.50
Омлет натуральный	160.00	6.95	11.25	13.02	190.06
Чай с сахаром	200.00	0.20	0.05	5.06	21.47
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	40.00	1.78	0.34	18.52	88.40
Второй завтрак		0.23	0.07	6.87	29.45
Напиток из яблочно-ягодной смеси	180	0.23	0.07	6.87	29.45
Обед		22.19	26.19	95.91	661.24
Свекла отварная с сыром	50	2.17	5.92	5.69	75.12
Суп-пюре овощной	180	3.98	6.77	12.56	112.43
Макароны с курицей и овощами	200	13.25	13.07	41.19	310.15
Напиток из кураги	180	0.78	0.04	15.63	64.09
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.2
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25
Полдник		8.24	9.06	41.02	283.41

Слоеные бантики	70	5.02	6.56	29.02	185.11
Кисломолочный напиток (Ряженка)	180	3.22	2.50	12.00	98.30
Итого:		40.99	47.16	197.90	1352.03

Зав. Столовой_____

Мед. Работник_____



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 13 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11.25	12.55	50.26	367.40
Для бутерброда:					
масло сливочное 72,5%	5.00	0.10	3.60	0.10	33.10
0.00	8.00	2.00	2.20	0.00	21.60
батон Особый	18.00	1.40	0.20	8.10	40.50
Каша жидкая молочная гречневая	180	4.65	3.05	32.56	196.70
Какао с молоком	200	3.10	3.50	9.50	75.50
Второй завтрак		0.33	0.01	12.45	66.49
Напиток из сухофруктов	180	0.33	0.01	12.45	66.49
Обед		18.00	21.72	95.86	632.61
Суп с крупой, овощами и птицей	180	9.05	10.30	24.51	199.80
Колбаска мясная	70	2.69	4.16	16.63	105.79
Рагу из овощей	130	2.90	6.58	11.45	127
Компот ягодный	180	0.23	0.07	10.85	45.32
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.2
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	40	2.24	0.44	23.16	110.50
Полдник		8.46	11.42	40.09	283.17

Крендель песочный	70	8.19	11.37	29.62	239.65
Чай "Витаминный"	180	0.27	0.05	10.47	43.52
Итого:		38.04	45.70	198.66	1349.67

Зав. Столовой_____

Мед. Работник_____



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 14 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11.27	12.58	54.81	377.96
Для бутерброда:					
масло сливочное 72,5%	5.00	0.10	3.60	0.10	33.11
Повидло	10.00	0.00	0.00	6.30	25.20
батон Особый	18.00	1.40	0.20	8.10	40.50
Каша молочная овсяная	180	6.78	6.21	20.15	156.55
Кофейный напиток с молоком	180	2.10	2.40	10.90	78.40
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20.00	0.89	0.17	9.26	44.20
Второй завтрак		0.43	0.09	13.68	67.53
Напиток из изюма		0.43	0.09	13.68	67.53
Обед		19.69	22.01	95.19	620.42
Свекольник со сметаной	180	2.36	5.98	18.59	191.01
Плов перловый с птицей	200	15.18	15.59	49.00	300.12
Напиток из красной смородины	200	0.14	0.05	6.76	29.84
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.2
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25
Полдник		8.47	10.38	38.58	281.69
Пирог "Царский"	50	8.27	10.33	33.52	260.22

Чай с сахаром	200	0.20	0.05	5.06	21.47
Итого:		39.86	45.06	202.26	1347.60

Зав. Столовой_____

Мед. Работник_____