

## Меню приготавливаемых блюд на 5.09.2025

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

| Прием пищи              | Наименование блюда                                              | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------|------------------|--------|----------|----------------------------|----------------|
|                         |                                                                 |              | белки            | жиры   | углеводы |                            |                |
| Неделя 1                |                                                                 |              |                  |        |          |                            |                |
| День 5                  |                                                                 |              |                  |        |          |                            |                |
| Завтрак                 | Каша геркулесовая                                               | 150          | 5,924            | 6,795  | 23,38    | 196,78                     |                |
|                         | Кофейный напиток на молоке                                      | 200          | 4,478            | 5,088  | 20,035   | 138                        |                |
|                         | Батон                                                           | 20           | 1,5              | 0,58   | 10,104   | 52,6                       |                |
|                         | Сыр                                                             | 16           | 3,9              | 4,02   | 0,3      | 52,8                       |                |
| Итого за завтрак        |                                                                 | 386          | 15,802           | 16,483 | 53,819   | 440,18                     |                |
| Второй завтрак          | Сок                                                             | 148          | 0,4              | 0      | 11,7     | 50                         |                |
| Итого за второй завтрак |                                                                 | 148          | 0,4              | 0      | 11,7     | 50                         |                |
| Обед                    | Суп картофельный с макаронными изделиями на мясокостном бульоне | 150          | 4,13             | 2,724  | 5,728    | 76,92                      |                |
|                         | Биточки мясные                                                  | 60           | 7,932            | 7,673  | 9,144    | 135,12                     |                |
|                         | Капуста тушеная свежая                                          | 110          | 2,933            | 5,971  | 11,922   | 113,03                     |                |
|                         | Компот из свежих яблок                                          | 150          | 0,087            | 0      | 15,585   | 63,4                       |                |
|                         | Хлеб пшеничный                                                  | 20           | 1,64             | 0,232  | 9,556    | 47,8                       |                |
|                         | Хлеб «Дарницкий»                                                | 40           | 2,808            | 0,436  | 18,52    | 86,4                       |                |
| Итого за обед           |                                                                 | 530          | 19,53            | 17,036 | 70,455   | 522,67                     |                |
| Полдник                 | Кефир без сахара                                                | 150          | 4,5              | 3,75   | 6        | 76,5                       |                |
| Итого за полдник        |                                                                 | 150          | 4,5              | 3,75   | 6        | 76,5                       |                |
| Ужин                    | Суфле из печени с рисом                                         | 75           | 6,2              | 36,1   | 8,1      | 126,12                     |                |
|                         | Пюре картофельное                                               | 80           | 1,792            | 3,78   | 10,773   | 86,04                      |                |
|                         | Соус томатный                                                   | 30           | 0,484            | 1,16   | 1,628    | 20,9                       |                |
|                         | Чай с сахаром и лимоном                                         | 150          | 0,19             | 0,033  | 10,3     | 44,43                      |                |
|                         | Хлеб пшеничный                                                  | 20           | 1,64             | 0,232  | 9,556    | 47,8                       |                |
| Итого за ужин           |                                                                 | 355          | 10,306           | 41,305 | 40,357   | 325,29                     |                |
| Итого за день           |                                                                 | 1571         | 50,538           | 78,574 | 182,331  | 1414,64                    |                |

## Меню приготавливаемых блюд на 5.09.2025

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

| Прием пищи                 | Наименование блюда                                                       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |              | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|--------|--------------|----------------------------|----------------|
|                            |                                                                          |              | белки            | жиры   | углевод<br>ы |                            |                |
| Неделя 1                   |                                                                          |              |                  |        |              |                            |                |
| День 5                     |                                                                          |              |                  |        |              |                            |                |
| Завтрак                    | Каша геркулесовая                                                        | 200          | 6,44             | 9,665  | 22,127       | 200                        |                |
|                            | Кофейный напиток на<br>молоке                                            | 150          | 3,51             | 3,876  | 13,702       | 101,01                     |                |
|                            | Батон                                                                    | 30           | 2,25             | 0,77   | 15,156       | 78,9                       |                |
|                            | Сыр                                                                      | 21           | 5,11             | 5,27   | 0,393        | 69,3                       |                |
| Итого за<br>завтрак        |                                                                          | 401          | 17,31            | 19,581 | 51,378       | 449,21                     |                |
| Второй<br>завтрак          | Сок                                                                      | 156          | 0,4              | 0      | 11,7         | 50                         |                |
| Итого за второй<br>завтрак |                                                                          | 156          | 0,4              | 0      | 11,7         | 50                         |                |
| Обед                       | Суп картофельный с<br>макаронными<br>изделиями на<br>мясокостном бульоне | 200          | 4,341            | 3,558  | 6,594        | 91,162                     |                |
|                            | Биточки мясные                                                           | 70           | 9,254            | 8,951  | 10,688       | 157,64                     |                |
|                            | Капуста тушеная<br>свежая                                                | 130          | 3,46             | 7,056  | 14,08        | 133,5                      |                |
|                            | Компот из свежих<br>яблок                                                | 200          | 0,108            | 0      | 18,129       | 69,6                       |                |
|                            | Хлеб пшеничный                                                           | 30           | 2,46             | 0,348  | 14,334       | 71,7                       |                |
|                            | Хлеб «Дарницкий»                                                         | 47           | 3,51             | 0,545  | 23,15        | 108                        |                |
| Итого за обед              |                                                                          | 677          | 23,133           | 20,458 | 86,975       | 631,602                    |                |
| Полдник                    | Кефир без сахара                                                         | 196          | 6                | 5      | 8            | 102                        |                |
| Итого за<br>полдник        |                                                                          | 196          | 6                | 5      | 8            | 102                        |                |
| Ужин                       | Суфле из печени с<br>рисом                                               | 95           | 7,85             | 45,7   | 10,26        | 159,7                      |                |
|                            | Картофельное пюре                                                        | 100          | 2,22             | 4,721  | 13,302       | 106,75                     |                |
|                            | Соус томатный                                                            | 50           | 0,806            | 1,933  | 2,713        | 34,83                      |                |
|                            | Чай с сахаром и<br>лимоном                                               | 200          | 0,21             | 0,031  | 18,288       | 63,536                     |                |
|                            | Хлеб пшеничный                                                           | 20           | 1,64             | 0,232  | 9,556        | 47,8                       |                |
| Итого за ужин              |                                                                          | 465          | 12,726           | 52,617 | 54,119       | 412,616                    |                |
| Итого за день              |                                                                          | 1893         | 59,569           | 97,656 | 212,17<br>2  | 1645,43                    |                |