



Меню приготавливаемых блюд на 19.01.2026

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2							
День 1							
Завтрак	Каша «Дружба»	150	4,95	5,12	21,99	157,7	
	Какао с молоком	150	3,602	4,015	5,919	73,1	
	Батон	20	1,5	0,58	10,104	52,6	
	Масло сливочное	5	0,04	3,625	0,067	33	
Итого за завтрак		325	10,092	13,34	38,08	316,4	
Второй завтрак	Сок	150	0,4	0	11,7	50	
Итого за второй завтрак		150	0,4	0	11,7	50	
Обед	Борщ вегетарианский со свежей капустой и картофелем	150	1,715	2,758	8,08	72,378	
	Котлеты рыбные минтай	50	7,46	4,17	7,945	97,92	
	Картофельное пюре	80	1,792	3,78	10,773	86,04	
	Соус томатный	30	0,484	1,16	1,628	20,9	
	Салат луковый	8	0,098	0,998	1,635	24,64	
	Компот из кураги	150	0,528	0	17,6	70,59	
	Хлеб пшеничный	18	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Хлеб «Дарницкий»	20	1,404	0,218	9,26	43,2	
Итого за обед		506	15,121	13,316	66,477	463,468	
Полдник	Кефир без сахара	150	4,5	3,75	6	76,5	
Итого за полдник		150	4,5	3,75	6	76,5	
Ужин	Запеканка из творога с манной крупой	110	13,524	19,538	17,884	298,78	
	Сладкий подлив на повидле	30	0,026	0	11,377	44,04	
	Чай с сахаром	150	0,06	0,015	7,996	31,138	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
Итого за ужин		310	15,25	19,785	46,813	421,758	
Итого за день		1441	45,363	50,191	169,07	1328,13	



Меню приготавливаемых блюд на 19.01.2026

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2							
День 1							
Завтрак	Каша «Дружба»	200	5,978	7,428	24,767	184,58	
	Какао с молоком	200	4,404	4,83	50,112	137,42	
	Батон	30	2,25	0,77	15,156	78,9	
	Масло сливочное	5	0,04	3,625	0,067	33	
Итого за завтрак		435	12,672	16,653	90,102	433,9	
Второй завтрак	Фрукты свежие – яблоки	93	0,432	0,432	10,584	48,6	
Итого за второй завтрак		93	0,432	0,432	10,584	48,6	
Обед	Борщ вегетарианский со свежей капустой и картофелем	200	2,286	3,677	10,77	96,504	
	Котлеты рыбные минтай	70	11,91	5,44	10,45	144,87	
	Картофельное пюре	100	2,22	4,721	13,302	106,75	
	Соус томатный	50	0,806	1,933	2,713	34,83	
	Салат луковый	8	0,098	0,998	1,635	24,64	
	Компот из кураги	200	0,66	0	24,495	97,95	
	Хлеб пшеничный	28	2,46	0,348	14,334	71,7	
	Хлеб «Дарницкий»	30	2,106	0,327	13,89	64,8	
Итого за обед		686	22,546	17,444	91,589	642,044	
Полдник	Кефир без сахара	200	6	5	8	102	
Итого за полдник		200	6	5	8	102	
Ужин	Запеканка из творога с манной крупой	130	17,06	23,548	23,8453	320,04	
	Сладкий подлив на повидле	50	0,043	0	18,96	73,4	
	Чай с сахаром	200	0,06	0,015	7,996	41,517	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
Итого за ужин		400	18,803	23,795	60,3573	482,757	
Итого за день		1814	60,453	63,324	260,632	1709,3	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443769

Владелец Ленченко Наталья Васильевна

Действителен с 13.05.2025 по 13.05.2026