



Меню приготавливаемых блюд на 20.01.2026

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 2							
Завтрак	Каша гречневая	150	6,814	7,16	29,3	197,93	
	Кофейный напиток на молоке	150	3,51	3,876	13,702	101,01	
	Батон	20	1,5	0,58	10,104	52,6	
	Сыр	15	3,9	4,02	0,3	52,8	
Итого за завтрак		335	15,724	15,636	53,406	404,34	
Второй завтрак	Сок	150	0,373	0	10,92	40	
Итого за второй завтрак		150	0,373	0	10,92	40	
Обед	Суп крестьянский на мясокостном бульоне	150	4,2725	5,257	5,94	84,549	
	Жаркое по-домашнему	150	8,363	7,718	22,115	195,2	
	Свекла отварная	30	0,6	0,04	3,44	15,9	
	Компот из сухих яблок	150	0,072	0	17,61	66,58	
	Хлеб пшеничный	17	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Хлеб «Дарницкий»	20	1,404	0,218	9,26	43,2	
Итого за обед		517	16,3515	13,465	67,921	453,229	
Полдник	Напиток из шиповника	150	0,4	0	11,7	50	
	Печенье	20	1,5	1,96	14,88	83,4	
Итого за полдник		170	1,9	1,96	26,58	133,4	
Ужин	Соте из рыбы (минтай)	100	10,45	5,44	7,72	121,6	
	Зеленый горошек консервированный	50	1,47	0,094	2,96	18,6	
	Соус сметанный	30	0,7	3,2	2,241	46	
	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		350	14,45	8,999	32,777	278,43	
Итого за день		1512	48,7985	40,06	191,604	1309,4	



Меню приготавливаемых блюд на 20.01.2026

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2							
День 2							
Завтрак	Каша гречневая	200	8,02	9,415	30,737	263,907	
	Кофейный напиток на молоке	200	4,478	5,088	20,035	138	
	Батон	30	2,25	0,77	15,156	78,9	
	Сыр	19	5,11	5,27	0,393	69,3	
Итого за завтрак		449	19,858	20,543	66,321	550,107	
Второй завтрак	Сок	150	0,4	0	11,7	50	
Итого за второй завтрак		150	0,4	0	11,7	50	
Обед	Суп крестьянский на мясокостном бульоне	200	5,69	6,97	7,92	112,732	
	Жаркое по-домашнему	150	8,363	7,718	22,115	195,2	
	Свекла отварная	40	0,8	0,053	4,5	21,2	
	Компот из сухих яблок	200	4,8	0	36,81	140,65	
	Хлеб пшеничный	26	2,46	0,348	14,334	71,7	
	Хлеб «Дарницкий»	30	2,106	0,327	13,89	64,8	
Итого за обед		646	24,219	15,416	99,569	606,282	
Полдник	Напиток из шиповника	200	0,533	0	15,6	66,6	
	Печенье	20	1,5	1,96	14,88	83,4	
Итого за полдник		220	0,507	0	29,74	119,62	
Ужин	Соте из рыбы (минтай)	120	12,22	9,058	8,966	168,2	
	Зеленый горошек консервированный	50	1,47	0,094	2,96	18,6	
	Соус сметанный	50	0,923	3,97	2,4	56	
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,21	0,031	18,288	63,536	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
Итого за ужин		440	15,54	9,415	39,77	298,136	
Итого за день		1907	60,524	45,374	247,1	1624,15	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443769

Владелец Ленченко Наталья Васильевна

Действителен с 13.05.2025 по 13.05.2026