

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					
	Кофеинный 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	16,351 5	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	48,798 5	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					
	Кофеинный 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