

## Меню приготавливаемых блюд на 6.03.2026

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 1</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша ячневая	150	5,464	6,659	23,074	172,5	
	Кофейный напиток на молоке	150	3,51	3,876	13,702	101,01	
	Батон	20	1,5	0,58	10,104	52,6	
Итого за завтрак		320	10,474	11,115	46,88	326,11	
<b>Второй завтрак</b>	Фрукты свежие – яблоки	108	0,432	0,432	10,584	48,6	
Итого за второй завтрак		108	0,432	0,432	10,584	48,6	
<b>Обед</b>	Уха из минтая с яйцом	150	8,026	4,786	5,0505	104,413	
	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)	100	2,0667	3,8	21,2	87,33	
	Компот из урюка	150	0,1	0	12,8	52,6	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Хлеб «Дарницкий»	20	1,404	0,218	9,26	43,2	
Итого за обед		440	13,2367	9,036	57,8665	335,343	
<b>Полдник</b>	Кефир без сахара	150	4,5	3,75	6	76,5	
Итого за полдник		150	4,5	3,75	6	76,5	
	Запеканка из творога с манной крупой	110	13,524	19,538	17,884	298,78	
	Сладкий подлив на соке	50	0,002	0	6,554	25,21	
	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		330	15,226	19,785	41,99	402,928	
Итого за день		1348	43,8687	44,118	163,321	1112,981	

## Меню приготавливаемых блюд на 6.03.2026

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 1</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша ячневая	200	6,24	8,685	25,367	203,8	
	Кофейный напиток на молоке	200	4,478	5,088	20,035	138	
	Батон	30	2,25	0,77	15,156	78,9	
Итого за завтрак		430	12,968	14,543	60,558	420,7	
<b>Второй завтрак</b>	Фрукты свежие – яблоки	114	0,456	0,456	11,172	51,3	
Итого за второй завтрак		114	0,456	0,456	11,172	51,3	
<b>Обед</b>	Уха из минтая с яйцом	200	8,251	4,901	6,0165	100,05	
	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)	140	2,893	5,32	29,68	122,262	
	Компот из урюка	200	0,66	0	24,495	97,95	
	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,348	14,334	71,7	
	Хлеб «Дарницкий»	30	2,106	0,327	13,89	64,8	
Итого за обед		600	16,37	10,896	88,4155	456,762	
<b>Полдник</b>	Кефир без сахара	195	6	5	8	102	
Итого за полдник		195	6	5	8	102	
	Запеканка из творога с манной крупой	130	17,06	23,548	23,8453	320,04	
	Сладкий подлив на соке	50	0,002	0	6,554	25,21	
	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	18,762	23,795	47,9513	434,567	
Итого за день		1739	54,556	54,69	216,097	1465,33	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443769

Владелец Ленченко Наталья Васильевна

Действителен с 13.05.2025 по 13.05.2026