

Меню на 22.05.2023 г.
(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке – 180г/3г/204ккал
2. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал
3. Бутерброд с маслом – 37,5г/5г/93,5ккал

II завтрак: Сок фруктовый – 180г/76ккал

Обед:

1. Борщ с фасолью и картофелем со сметаной – 180г/8 г/96,3ккал
2. Тефтели – 80г/114,81ккал
3. Макароны изделия отварные – 130г/134,4ккал
4. Икра морковная – 70г/90,3ккал
5. Напиток из шиповника – 180г/95ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Запеканка из творога с морковью со сладким молочным соусом – 80г/30г/187,2/30,45ккал
2. Бифидок – 150г/88,5ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке – 155г/2г/175,67ккал
2. Чай с сахаром – 160г/29,87ккал
3. Бутерброд с маслом – 30г/3г/69,15ккал

II завтрак: Сок фруктовый – 150г/64ккал

Обед:

1. Борщ с фасолью и картофелем со сметаной – 150г/5 г/70,95ккал
2. Тефтели – 60г/91,34ккал
3. Макароны изделия отварные – 110г/113,7ккал
4. Икра морковная – 50г/64,5ккал
5. Напиток из шиповника – 150г/79ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Запеканка из творога с морковью со сладким молочным соусом – 60г/15г/140,4/15,22ккал
2. Бифидок – 135г/79,65ккал

Меню на 23.05.2023 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Суп молочный с макаронными изделиями – 200г/145,2ккал
2. Кофейный напиток с молоком – 180г/90,5ккал
3. Бутерброд с повидлом – 37,5/13г/131,8ккал

II завтрак: Яблоко – 120г/52,8ккал

Обед:

1. Суп картофельный с крупой и рыбными фрикадельками – 200/25г/121,56ккал
2. Жаркое по-домашнему – 220г/265ккал
3. Икра свекольная – 70г/79,52ккал
4. Кисель из повидла – 180г/80,46ккал
5. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Манник с фруктовым соусом – 85/15г/216,3/8,65ккал
2. Ряженка – 150г/88,5ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Суп молочный с макаронными изделиями – 150г/108,9ккал
2. Кофейный напиток с молоком – 160г/80,85ккал
3. Бутерброд с повидлом – 30/8г/98,85ккал

II завтрак: Яблоко – 120г/52,8ккал

Обед:

1. Суп картофельный с крупой и рыбными фрикадельками – 150/15г/91,2ккал
2. Жаркое по-домашнему – 200г/241,2ккал
3. Икра свекольная – 30г/34,08ккал
4. Кисель из повидла – 150г/67,05ккал
5. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Манник с фруктовым соусом – 75/15г/190,87/8,65ккал
2. Ряженка – 135г/79,65ккал

Меню на 24.05.2023 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая из овсяных хлопьев «Геркулес» с сахаром – 160/5г/165,31ккал
2. Бутерброд с сыром – 40/15г/176,9ккал
3. Конфета – 15г/56,5ккал
4. Чай без сахара – 180г/2,54ккал

II завтрак: Снежок – 150г/88,5ккал

Обед:

1. Бульон из кур с гренками – 200/35г/81,8ккал
2. Котлета рубленая из птицы – 60/2г/156ккал
3. Рагу из овощей – 130г/157,3ккал
4. Огурец соленый – 40г/5,6ккал
5. Компот из апельсинов – 180г/124,7ккал
6. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
7. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Запеканка из круп с молоком сгущённым – 90/30г/198,27ккал
2. Сок фруктовый – 180г/76ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша жидкая из овсяных хлопьев «Геркулес» с сахаром – 140/3г/144,65ккал
2. Бутерброд с сыром – 30/10г/123,88ккал
3. Конфета – 15г/56,5ккал
4. Чай без сахара – 150г/2,11ккал

II завтрак: Снежок – 135г/56,4ккал

Обед:

1. Бульон из кур с гренками – 160/20г/65,44ккал
2. Котлета рубленая из птицы – 60/2г/156ккал
3. Рагу из овощей – 100г/121ккал
4. Огурец соленый – 40г/5,6ккал
5. Компот из апельсинов – 150г/103,9ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Запеканка из круп с молоком сгущённым – 85/30г/187,26 ккал
2. Сок фруктовый – 150г/64ккал

Меню на 25.05.2023 г.
(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидка рисовая – 180/5г/189,9ккал
2. Бутерброд с маслом – 37,5/5г/93,5ккал
3. Какао с молоком – 180г/107ккал

II завтрак: Бифидок – 150г/88,5ккал

Обед:

1. Суп картофельный с рыбой – 180г/190,53ккал
2. Шницель рыбный натуральный – 70/4г/116,2ккал
3. Картофельное пюре – 110г/104,13ккал
4. Икра морковная – 50г/64,5ккал
5. Напиток из шиповника – 180г/95ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Пирожок печеный с капустой и яйцом – 70г/186,37ккал
2. Чай с лимоном – 180/7г/34,8ккал
3. Мандарин – 100г/69,52ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша жидка рисовая – 155/3г/163,60ккал
2. Бутерброд с маслом – 30/3г/69,15ккал
3. Какао с молоком – 160г/94,93ккал

II завтрак: Бифидок – 135г/79,65ккал

Обед:

1. Суп картофельный с рыбой – 150г/158,75ккал
2. Шницель рыбный натуральный – 50/3г/83ккал
3. Картофельное пюре – 90г/85,2ккал
4. Икра морковная – 50г/64,5ккал
5. Напиток из шиповника – 150г/79ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Пирожок печеный с капустой и яйцом – 60г/159,8ккал
2. Чай с лимоном – 150/3,5г/29ккал
3. Мандарин – 95г/66,04ккал

Меню на 26.05.2023 г.
(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая манная – 150г/3г/103,92ккал
2. Кофейный напиток с молоком – 180г/90,5ккал
3. Яйцо вареное – 40г/62,8ккал
4. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал

II завтрак: Груша – 120г/55,2ккал

Обед:

1. Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной – 180г/8г/107,64ккал
2. Печень по-строгановски – 70г/126ккал
3. Каша рассыпчатая гречневая – 120г/274,62ккал
4. Свекла отварная – 40г/18,79ккал
5. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Ватрушка королевская с творогом – 100г/276ккал
2. Йогурт питьевой фруктовый – 150г/88,5ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша жидкая манная – 140г/3г/96,99ккал
2. Кофейный напиток с молоком – 160г/80,85ккал
3. Яйцо вареное – 40г/62,8ккал
4. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал

II завтрак: Груша – 120г/55,2ккал

Обед:

1. Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной – 150г/5г/89,7ккал
2. Печень по-строгановски – 60г/108ккал
3. Каша рассыпчатая гречневая – 90г/205,94ккал
4. Свекла отварная – 40г/18,79ккал
5. Чай с сахаром – 150г/28ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Ватрушка королевская с творогом – 75г/214,5ккал
2. Йогурт питьевой фруктовый – 135г/79,65ккал