

Меню на 03.04.2023 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша пшенная на сгущенном молоке с маслом сливочным – 180/3г/191,7ккал
2. Бутерброд с маслом – 37,5/5г/93,5ккал
3. Кофейный напиток со сгущенным молоком – 180г/100,8ккал

II завтрак: Яблоко – 120г/52,8ккал

Обед:

1. Суп с рыбными консервами– 200г/133,8ккал
2. Шницель рубленый – 80/4г/183ккал
3. Каша рисовая рассыпчатая (гарнир) – 100г/146ккал
4. Капуста тушеная – 40г/31,6ккал
5. Напиток из шиповника – 180г/95ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Булочка домашняя – 70г/165,3ккал
2. Сок фруктовый – 180г/89,2ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша пшенная на сгущенном молоке с маслом сливочным – 155/2г/165,02ккал
2. Бутерброд с маслом – 30/3г/69,15ккал
3. Кофейный напиток со сгущенным молоком – 160г/89,60ккал

II завтрак: Яблоко – 120г/52,8ккал

Обед:

1. Суп с рыбными консервами– 150г/100,35ккал
2. Шницель рубленый – 50/3г/116,67ккал
3. Каша рисовая рассыпчатая (гарнир) – 90г/131,4ккал
4. Капуста тушеная – 30г/23,70ккал
5. Напиток из шиповника – 150г/79ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Булочка домашняя – 60г/141,69ккал
2. Сок фруктовый – 150г/64ккал

Меню на 04.04.2023 г.

(2-3 года)

I завтрак:

1. Суп молочный с макаронными изделиями – 150г/108,9ккал
2. Бутерброд с сыром – 30/10г/132,8ккал
3. Какао с молоком – 160г/94,93ккал

II завтрак: Ряженка – 135г/79,65ккал

Обед:

1. Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной – 150/5г/108,94ккал
2. Биточки рыбные с овощами запеченные – 60г/145ккал
3. Картофельное пюре – 100г/94,67ккал
4. Икра морковная – 30г/38,7ккал
5. Компот из свежих яблок – 150г/52ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Вареники ленивые с маслом сливочным – 60/2г/130,8ккал
2. Чай с сахаром – 150/7г/28ккал
3. Мандарин – 100г/69,52ккал

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Суп молочный с макаронными изделиями – 180г/130,68ккал
2. Бутерброд с сыром – 40/15г/176,9ккал
3. Какао с молоком – 180г/107ккал

II завтрак: Ряженка – 150г/88,5ккал

Обед:

1. Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной – 180/8г/130,7ккал
2. Биточки рыбные с овощами запеченные – 80г/174,27ккал
3. Картофельное пюре – 110г/104,13ккал
4. Икра морковная – 70г/90,3ккал
5. Компот из свежих яблок – 180г/54,82ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Вареники ленивые с маслом сливочным – 80/4г/174,4ккал
2. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал
3. Мандарин – 100г/69,52ккал

Меню на 05.04.2023 г.
(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидка рисовая – 180г/5г/189,9ккал
2. Бутерброд с маслом – 37,5г/5г/93,5ккал
3. Чай без сахара – 180г/2,54ккал
4. Конфета – 15г/56,5ккал

II завтрак: Снежок – 150г/88,5ккал
Печенье – 40г/166,8ккал

Обед:

1. Суп-лапша домашняя на курином бульоне – 200г/134,58ккал
2. Птица тушеная в соусе с овощами – 230г/192,94ккал
3. Салат из горошка зеленого консервированного – 40г/32,54ккал
4. Кисель из повидла – 180г/80,46ккал
5. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Пирожок печеный с капустой и яйцом – 80г/213ккал
2. Сок фруктовый – 180г/76ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша жидка рисовая – 150г/3г/158,3ккал
2. Бутерброд с маслом – 30г/3г/69,15ккал
3. Чай без сахара – 150г/2,11ккал
4. Конфета – 15г/56,5ккал

II завтрак: Снежок – 135г/56,4ккал
Печенье – 20г/83,4ккал

Обед:

1. Суп-лапша домашняя на курином бульоне – 160г/107,7ккал
2. Птица тушеная в соусе с овощами – 180г/151ккал
3. Салат из горошка зеленого консервированного – 40г/32,54ккал
4. Кисель из повидла – 150г/67,05ккал
5. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Пирожок печеный с капустой и яйцом – 60г/159,75ккал
2. Сок фруктовый – 150г/64ккал

Меню на 06.04.2023 г.

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша вязкая "Дружба" – 150/3г/145,28ккал
2. Бутерброд с повидлом – 30/8г/95,85ккал
3. Чай с молоком – 160г/79,1ккал

II завтрак: Груша – 120г/55,2ккал

Обед:

1. Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной – 150/5г/89,7ккал
2. Рыба отварная – 60/5г/48,94ккал
3. Пюре картофельное – 110г/104,13ккал
4. Икра морковная – 50г/64,5ккал
5. Компот из апельсинов – 150г/63,9ккал
6. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
7. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Сырники из творога с повидлом – 75/20г/175,5ккал
2. Напиток из шиповника – 150г/79ккал

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша вязкая "Дружба" – 180/5г/174,33ккал
2. Бутерброд с повидлом – 37,5/13г/131,8ккал
3. Чай с молоком – 180г/88,9ккал

II завтрак: Груша – 120г/55,2ккал

Обед:

1. Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной – 200/8г/119,6ккал
2. Рыба отварная – 80/5г/64ккал
3. Пюре картофельное – 130г/123,07ккал
4. Икра морковная – 60г/77,4ккал
5. Компот из апельсинов – 180г/76,6ккал
6. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
7. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Сырники из творога с повидлом – 100/20г/234ккал
2. Напиток из шиповника – 180г/95ккал

Меню на 07.04.2023 г.
(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша жидкая пшеничная – 150/3г/130ккал
2. Бутерброд с сыром – 30/10г/132,8ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 160г/80,85ккал

II завтрак: Йогурт питьевой фруктовый – 135г/79,7ккал

Обед:

1. Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/к бульоне – 150/5г/78,75ккал
2. Котлета мясная – 60г/133,2ккал
3. Овощи тушеные – 120г/100,8ккал
4. Икра свекольная – 50г/56,8ккал
5. Компот из кураги – 150г/73,5ккал
7. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Омлет натуральный с маслом – 100г/157ккал
2. Чай с лимоном – 150/3,5г/29ккал
3. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая пшеничная – 180/5г/156ккал
2. Бутерброд с сыром – 40/15г/176,9ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 180г/91ккал

II завтрак: Йогурт питьевой фруктовый – 150г/88,5ккал

Обед:

1. Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/к бульоне – 200/8г/105ккал
2. Котлета мясная – 70г/155,4ккал
3. Овощи тушеные – 130г/109,2ккал
4. Икра свекольная – 50г/56,8ккал
5. Компот из кураги – 180г/101,7ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Омлет натуральный с маслом – 100г/157ккал
2. Чай с лимоном – 180/7г/34,8ккал
3. Хлеб пшеничный – 35г/82,95ккал