

Меню на 10.04.2023 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным – 180/4г/198,6ккал
2. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал
3. Бутерброд с маслом – 37,5/5г/93,5ккал

II завтрак: Сок фруктовый – 180г/76ккал

Обед:

1. Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками – 180/25г/118,02ккал
2. Биточки паровые – 70г/130,37ккал
3. Рагу из овощей – 130г/154,77ккал
4. Свекла отварная – 40г/18,79ккал
5. Кисель из повидла – 180г/80,46ккал
6. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
7. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Запеканка из круп с молоком сгущенным – 100/30г/170,69ккал
2. Ряженка – 150г/88,5ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным – 155/3г/171,02ккал
2. Чай с сахаром – 160г/29,87ккал
3. Бутерброд с маслом – 30/3г/69,15ккал

II завтрак: Сок фруктовый – 150г/64ккал

Обед:

1. Суп картофельный с макарон. изделиями с мясными фрикадельками – 150/15г/88,41ккал
2. Биточки паровые – 60г/111,74ккал
3. Рагу из овощей – 110г/130,97ккал
4. Свекла отварная – 40г/18,79ккал
5. Кисель из повидла – 150г/67,05ккал
6. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
7. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Запеканка из круп с молоком сгущенным – 100/30г/170,69ккал
2. Ряженка – 135г/79,65ккал

Меню на 11.04.2023 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая манная – 150/3г/109,92ккал
2. Бутерброд с повидлом – 37,5/13г/131,8ккал
3. Яйцо вареное – 40г/63ккал
4. Кофейный напиток с молоком – 180г/91ккал

II завтрак: Бифидок – 150г/88,5ккал

Печенье – 20г/83,4ккал

Обед:

1. Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне – 200г/107,8ккал
2. Печень по-строгановски – 70г/126ккал
3. Каша рассыпчатая гречневая – 110г/251,73ккал
4. Огурец соленый – 40г/5,6ккал
5. Напиток из шиповника – 180г/95ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Запеканка из творога с рисом со сладким молочным соусом– 100/20г/165,5/20,3ккал
2. Чай с лимоном – 180/7г/34,8ккал
3. Мандарин – 100г/69,52ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша жидкая манная – 140/3г/96,99ккал
2. Бутерброд с повидлом – 30/8г/98,85ккал
3. Яйцо вареное – 40г/63ккал
4. Кофейный напиток с молоком – 160г/80,85ккал

II завтрак: Бифидок – 135г/79,65ккал

Печенье – 20г/83,4ккал

Обед:

1. Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне – 150г/80,85ккал
2. Печень по-строгановски – 60г/108ккал
3. Каша рассыпчатая гречневая – 90г/205,94ккал
4. Огурец соленый – 40г/5,6ккал
5. Напиток из шиповника – 150г/79ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Запеканка из творога с рисом со сладким молочным соусом– 60/10г/99,35/10,2ккал
2. Чай с лимоном – 150/3,5г/29ккал
3. Мандарин – 100г/69,52ккал

Меню на 12.04.2023 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром – 180/5г/195,03ккал
2. Бутерброд с сыром – 40/15г/176,9ккал
3. Чай без сахара – 180г/2,54ккал
4. Конфета – 15г/56,5ккал

II завтрак: Снежок – 150г/88,5ккал

Обед:

1. Суп картофельный с клецками на курином бульоне – 180/25/10г/122,64ккал
2. Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным – 70г/171,5ккал
3. Капуста тушеная – 140г/117,41ккал
4. Салат из горошка зеленого консервированного – 40г/32,54ккал
5. Компот из кураги – 180г/101,7ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Булочка домашняя – 70г/165,3ккал
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/132,8ккал
3. Чай без сахара – 150г/2,11ккал
4. Конфета – 15г/56,5ккал

II завтрак: Снежок – 135г/56,4ккал

Обед:

1. Суп картофельный с клецками на курином бульоне – 150/15/8г/102,2ккал
2. Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным – 60г/147ккал
3. Капуста тушеная – 100г/79ккал
4. Салат из горошка зеленого консервированного – 40г/32,54ккал
5. Компот из кураги – 150г/73,5ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

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

Меню на 13.04.2023 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша вязкая "Дружба" – 180/5г/174,33ккал
2. Бутерброд с маслом – 37,5/5г/93,5ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 180г/91ккал

II завтрак: Ряженка – 150г/88,5ккал

Печенье – 20г/83,4ккал

Обед:

1. Суп картофельный с рыбой – 180г/190,53ккал
2. Рыба, тушеная с овощами – 80г/74ккал
3. Картофельное пюре – 130/4г/123,07ккал
4. Икра морковная – 70г/90,3ккал
5. Компот из свежих груш – 180г/54,82ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Омлет натуральный с маслом – 100г/157ккал
2. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал
3. Груша – 120г/55,2ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша вязкая "Дружба" – 155/3г/150,12ккал
2. Бутерброд с маслом – 30/3г/69,15ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 160г/80,85ккал

II завтрак: Ряженка – 135г/79,65ккал

Печенье – 20г/83,4ккал

Обед:

1. Суп картофельный с рыбой – 150г/158,75ккал
2. Рыба, тушеная с овощами – 60г/55,5ккал
3. Картофельное пюре – 110/2,5г/104,13ккал
4. Икра морковная – 50г/64,5ккал
5. Компот из свежих груш – 150г/52ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Омлет натуральный с маслом – 100г/157ккал
2. Чай с сахаром – 150г/28ккал
3. Груша – 120г/55,2ккал

Меню на 14.04.2023 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: Йогурт питьевой фруктовый – 135г/79,7ккал

Обед:

1. Борщ с фасолью и картофелем со сметаной – 150/5г/70,95ккал
2. Жаркое по-домашнему – 200г/241,2ккал
3. Икра свекольная – 50г/56,8ккал
4. Чай с сахаром – 150г/28ккал
5. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Пирожок печеный с морковью и яйцом – 60г/132ккал
2. Напиток из шиповника – 150г/79ккал
3. Яблоко – 120г/52,8ккал

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

Обед:

1. Борщ с фасолью и картофелем со сметаной – 200/8г/107ккал
2. Жаркое по-домашнему – 220г/265ккал
3. Икра свекольная – 70г/79,52ккал
4. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал
5. Хлеб пшеничный – 30г/71,1ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Пирожок печеный с морковью и яйцом – 60г/132ккал
2. Напиток из шиповника – 180г/95ккал
3. Яблоко – 120г/52,8ккал