

Меню на 29.07.2024 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша пшеничная на сгущенном молоке с маслом сливочным – 200/5г/213ккал
2. Бутерброд с маслом – 37,5/5г/93,5ккал
3. Чай с сахаром - 200г/37,3ккал

II завтрак: Сок в ассортименте – 180г/76ккал

Обед:

1. Суп картофельный с макаронами и мясными фрикадельками– 180/25г/106,22ккал
2. Шницель рубленый – 70/4г/160ккал
3. Каша рисовая рассыпчатая (гарнир) – 130г/189,8ккал
4. Капуста тушеная – 50г/39,5ккал
5. Напиток из шиповника – 180г/95ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Булочка дорожная – 80г/232,8ккал
2. Чай с лимоном – 180г/34,8ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша пшеничная на сгущенном молоке с маслом сливочным – 150/3г/159ккал
2. Бутерброд с маслом – 30/3г/93,5ккал
3. Чай с сахаром - 160г/29,8ккал

II завтрак: Сок в ассортименте – 150г/64ккал

Обед:

1. Суп картофельный с макаронами и мясными фрикадельками– 150/15г/88,41ккал
2. Шницель рубленый – 50/116,67ккал
3. Каша рисовая рассыпчатая (гарнир) – 110г/160,68ккал
4. Капуста тушеная – 30г/23,7ккал
5. Напиток из шиповника – 150г/79ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Булочка дорожная – 60г/232,8ккал
2. Чай с лимоном – 180г/34,8ккал

Меню на 30.07.2024 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая из овсяных хлопьев «Геркулес» с сахаром – 160г/5/165,3ккал
2. Бутерброд с сыром – 40/15г/176,9ккал
3. Какао с молоком – 180г/107ккал

II завтрак: Банан – 120г/76,2ккал

Обед:

1. Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной – 200/8г/145,2ккал
2. Тефтели – 80г/114,8ккал
3. Картофельное пюре – 130г/123,06ккал
4. Икра свекольная – 50 г/56,8ккал
5. Компот из свежих яблок – 200г/97,6,82ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Запеканка из творога – 100/247ккал
2. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал
3. Соус фруктовый – 50г/28,8 ккал

(2-3года)

I завтрак:

1. Каша жидкая из овсяных хлопьев «Геркулес» с сахаром – 150г/5/155ккал
2. Бутерброд с сыром – 30/10г/123,5ккал
3. Какао с молоком – 160г/94,93ккал

II завтрак: Банан – 120г/76,2ккал

Обед:

1. Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной – 160/5/116,2ккал
2. Тефтели – 70г/106,6ккал
3. Картофельное пюре – 110г/104,13ккал
4. Икра свекольная – 30 г/57,04ккал
5. Компот из свежих яблок – 150г/52ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Запеканка из творога – 80/197,6ккал
2. Чай с сахаром – 150г/28,8ккал
3. Соус фруктовый – 50г/28,8 ккал

Меню на 31.07.2024 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая рисовая – 150/5г/158,3ккал
2. Бутерброд с повидлом – 37,5/13г/123,26ккал
3. Чай с молоком – 195г/2,54ккал

II завтрак: Снежок – 150г/88,5ккал

Обед:

1. Суп-лапша домашняя на курином бульоне – 200г/134,58ккал
2. Птица тушеная в соусе с овощами – 200г/198,99ккал
3. Салат из горошка зеленого консервированного – 50г/40,7ккал
4. Компот из свежих груш – 200г/98ккал
5. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Пирожок печеный с морковкой и яйцом – 70г/154ккал
2. Сок фруктовый – 180г/76ккал

(2-3 года)

I завтрак:

1. Каша жидкая рисовая – 150/3г/158,3ккал
2. Бутерброд с повидлом – 30/8г/92,75ккал
3. Чай с молоком – 160г/79,1ккал

II завтрак: Снежок – 135г/56,4ккал

Обед:

1. Суп-лапша домашняя на курином бульоне – 170г/170,68ккал
2. Птица тушеная в соусе с овощами – 170г/142,61ккал
3. Салат из горошка зеленого консервированного – 30г/24,4ккал
4. Компот из свежих груш – 160г/78,4ккал
5. Хлеб ржано-пшеничный – 35г/71,3ккал

Полдник:

1. Пирожок печеный с морковкой и яйцом – 60г/132ккал
2. Сок фруктовый – 150г/64ккал

Меню на 01.08.2024 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша вязкая "Дружба" – 170/5г/164,33ккал
2. Бутерброд с маслом – 40/5г/98,88ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 180г/90,5ккал

II завтрак: Яблоко – 150г/69ккал

Обед:

1. Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной – 180/8г/107,64ккал
2. Рыба отварная – 80/64ккал
3. Макароны изделия – 130г/134,4ккал
4. Икра морковная – 50г/64,5ккал
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 – 100/234ккал
2. Соус молочный сладкий – 50/50,75ккал
2. Чай с сахаром – 180г/33,6ккал

(2-3года)

I завтрак:

1. Каша вязкая "Дружба" – 160/3г/155ккал
2. Бутерброд с маслом – 30/3г/112,2ккал
3. Кофейный напиток с молоком – 160г/80,85ккал

II завтрак: Яблоко – 150г/69ккал

Обед:

1. Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной – 150/5г/89,7ккал
2. Рыба отварная – 60/48ккал
3. Макароны изделия – 110г/113,7ккал
4. Икра морковная – 30г/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 – 80/187,2ккал
2. Соус молочный сладкий – 50/50,75ккал
2. Чай с сахаром – 150г/28ккал

Меню на 02.08.2024 г.

(3-7 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая пшеничная – 160/5г/138,67ккал
2. Бутерброд с сыром – 30/15г/104,25ккал
3. Какао с молоком – 200г/118,89ккал

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 – 80г/207,2ккал
3. Овощи тушеные – 150г/126ккал
4. Огурцы соленые – 50г/7ккал
5. Напиток из шиповника – 200г/105,5ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 37,5г/71,3ккал

Полдник:

1. Омлет натуральный с маслом – 150г/235,5ккал
2. Чай с сахаром – 180/33,6ккал
3. Хлеб пшеничный – 20г/47,4ккал

(2-3 лет)

I завтрак:

1. Каша жидкая пшеничная – 150/3г/130ккал
2. Бутерброд с сыром – 30/10г/123,5ккал
3. Какао с молоком – 160г/94,93ккал

II завтрак: Йогурт питьевой фруктовый – 120г/88,5ккал

Обед:

1. Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/к бульоне – 150/5г/78,75ккал
2. Котлета мясная – 60г/155,4ккал
3. Овощи тушеные – 110г/92,4ккал
4. Огурцы соленые – 30г/4,2ккал
5. Напиток из шиповника – 150г/79ккал
6. Хлеб ржано-пшеничный – 30г/57,04ккал

Полдник:

1. Омлет натуральный с маслом – 130г/204,1ккал
2. Чай с сахаром – 150/28ккал
3. Хлеб пшеничный – 15г/35,55ккал

