1 неделя Понедельник 26 октября 2026 г.							
Прием пищи	**Наименование блюда**	**Вес блюда Ясли/ Сад**		**Пищевые вещества**			**Энергетическая ценность**
				Б	**Ж**	**У**	
день 1							
Завтрак	Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке	**150/3**	**170/4**	*5,57*	*6,42*	*23,42*	*187,56*
	Чай с сахаром	**170**	**200**	*0,04*	*0,01*	*9,3*	*37,3*
	Бутерброд с маслом	**30/3**	**35/5**	*2,7*	*4,35*	*17,6*	*120,29*
				8,31	**10,78**	**50,32**	**345,15**
2 завтрак	Сок в ассортименте	**160**	**180**	*0,9*	*0*	*22,9*	*99*
				0,9	**0**	**22,9**	**99**
Обед	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	**160/5**	**200/8**	*3,13*	*5,34*	*12,98*	*113,47*
	Тефтели со сметанно- томатным соусом	**60**	**80**	*5,91*	*6,55*	*7,79*	*114,18*
	Макаронные изделия отварные	**120**	**130**	*4,94*	*0,65*	*27*	*134,4*
	Икра морковная	**30**	**50**	*1,1*	*2,3*	*5,43*	*46,85*
	Напиток из шиповника	**150**	**180**	*0,49*	*0,2*	*16,71*	*80,02*
	Хлеб пшеничный	**30**	**30**	*2,25*	*0,15*	*15*	*71,1*
	Хлеб ржано-пшеничный	**30**	**40**	*2,67*	*0,39*	*16,08*	*76*
				20,32	**15,56**	**99,99**	**631,94**
Полдник	Пудинг из творога с яблоками	**80**	**100**	*12,42*	*10,50*	*14,58*	*213,47*
	Соус фруктовый	**10**	**10**	*0,08*	*0*	*1,34*	*5,76*
	Чай с лимоном	**150/4**	**180/7**	*0,08*	*0,01*	*8,52*	*34,8*
				12,59	**10,51**	**24,44**	**254,03**
Итого за день		**1341,0**	**1591,5**	**42,12**	**36,85**	**196,82**	**1330,12**

Вторник
27 октября 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда Ясли/сад	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
день 2						
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	**160/1,5 180/2,5**	*5,13*	*4,68*	*16,92*	*130,68*
	Кофейный напиток с молоком	**160 200**	*3,15*	*2,59*	*12,87*	*87,11*
	Бутерброд с маслом, повидлом	**25/3/8 37,5/8/13**	*1,96*	*3,09*	*21,9*	*123,26*
			1024	**10,36**	**51,69**	**341,05**
2завтрак	Плоды свежие	**100 100**	*0,9*	*0,2*	*8,1*	*43*
			0,9	**0,2**	**8,1**	**43**
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	**150/5 200/8**	*8,32*	*6,32*	*12,9*	*145,22*
	Голубцы ленивые со сметанным соусом	**120(15) 170(30)**	*15*	*14,23*	*23,35*	*285,57*
	Свекла отварная	**30 50**	*3,25*	*2,56*	*4,4*	*23,5*
	Компот из изюма	**150 180**	*0,29*	*0,07*	*17,97*	*74,13*
	Хлеб ржано-пшеничный	**35 40**	*2,67*	*0,39*	*16,08*	*76*
			29,53	**23,57**	**74,7**	**623,35**
Полдник	Манник	**70 85**	*4,54*	*4,84*	*40,54*	*216,3*
	Соус молочный сладкий	**15 20**	*0,38*	*0,9*	*2,6*	*20,3*
	Чай с сахаром	**150 200**	*0,04*	*0,01*	*8,38*	*33,6*
			4,96	**5,75**	**51,52**	**270,20**
Итого за день		**1185,0 1490,0**	**45,9**	**40,1**	**187,4**	**1286,8**

Среда 28 октября 2026 г.							
Прием пищи	**Наименование блюда**	**Вес блюда Ясли/ Сад**		**Пищевые вещества**			**Энергетическая ценность**
				Б	**Ж**	**У**	
день 3							
Завтрак	Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	**150/5**	**170/5**	*5,73*	*7.43*	*23,99*	*175,63*
	Бутерброд с маслом, сыром	**30/3/10 30/5/15**		*3,55*	*5,16*	*10,92*	*104,25*
	Чай с молоком	**160**	**200**	*2,24*	*1,6*	*9,76*	*61,69*
				11,52	**14,19**	**44,67**	**341,57**
2 завтрак	Молоко кипяченое	**110**	**140**	*3,65*	*3,16*	*6,05*	*68,09*
	Печенье сахарное	**10**	**20**	*1,5*	*1,96*	*14,88*	*83,4*
				5,15	**5,12**	**20,93**	**151,49**
Обед	Бульон из кур с гренками	**170/20**	**180/35**	*5,36*	*0,56*	*28,26*	*140*
	Котлеты рубленые из птицы	**60**	**70**	*11,1*	*10,66*	*10,36*	*182*
	Рагу из овощей	**120**	**130**	*2,1*	*11,3*	*11,9*	*157,3*
	Огурцы соленые	**30**	**50**	*0,4*	*0*	*1,2*	*7*
	Компот из апельсинов	**150**	**180**	*0,31*	*0,07*	*18,51*	*77,72*
	Хлеб ржано- пшеничный	**35**	**37,5**	*2,5*	*0,37*	*15,08*	*71,3*
				21,77	**22,96**	**85,31**	**635,32**
Полдник	Омлет натуральный с маслом сливочным	**120**	**150**	13,5	12,8	10,25	235,5
	Чай с лимоном	**150**	**180**	*0,08*	*0,01*	*8,52*	*34,8*
				13,58	**12,81**	**18,77**	**270,30**
Итого за		**1305,0**	**1557,5**	**52,0**	**55,1**	**169,7**	**1398,7**

день						

Четверг 29 октября 2026 г.							
Прием пищи	**Наименование блюда**	**Вес блюда Ясли/ Сад**		**Пищевые вещества**			**Энергетическая ценность**
				Б	**Ж**	**У**	
день 4							
Завтрак	Каша жидкая пшеничная молочная	**150/3**	**180/5**	3,89	5,14	27,78	173,25
	Бутерброд с маслом	**30/3**	**35/5**	*2,7*	*4,35*	*17,6*	*120,29*
	Кофейный напиток с молоком	**170**	**200**	*3,15*	*2,59*	*12,87*	*87,11*
				9,74	**12,08**	**58,25**	**380,65**
2 завтрак	Плоды свежие	**150**	**180**	*0,63*	*0,63*	*15,52*	*74,45*
				0,63	**0,63**	**15,52**	**74,45**
Обед	Суп картофельный с рыбой	**150**	**190**	*21,31*	*5,99*	*15,39*	*201,11*
	Шницель рыбный натуральный	**50**	**70**	*12,57*	*3,75*	*8,17*	*116,2*
	Икра морковная	**30**	**50**	*1,1*	*2,3*	*5,43*	*46,85*
	Картофельное пюре	**110**	**130**	*2,6*	*4,5*	*15,6*	*123,1*
	Напиток из шиповника	**150**	**180**	*0,49*	*0,2*	*16,71*	*80,02*
	Хлеб ржано-пшеничный	**30**	**37,5**	*2,5*	*0,37*	*15,08*	*71,3*
				39,45	**18,60**	**78,68**	**638,58**
Полдник	Пирожок печеный с капустой и яйцом	**60**	**80**	*6,01*	*8,36*	*27,69*	*212,99*
	Чай с сахаром	**150**	**180**	*0,04*	*0,01*	*8,38*	*33,6*
				6,05	**8,37**	**36,07**	**246,59**
Итого за		**1239,0**	**1526,5**	**57,0**	**39,7**	**188,5**	**1340,3**

день						

Пятница 30 октября 2026 г.							
Прием пищи	**Наименование блюда**	**Вес блюда Ясли/ Сад**		**Пищевые вещества**			**Энергетическая ценность**
				Б	**Ж**	**У**	
день 5							
Завтрак	Каша жидкая манная молочная	**150/3**	**170/5**	*4.5*	*5,31*	*21,46*	*151,10*
	Какао с молоком	**160**	**200**	*3,87*	*3,13*	*13,18*	*95,71*
	Бутерброд с маслом, сыром	**30/3/10**	**30/3/15**	*5,77*	*4,62*	*15,05*	*125,65*
				14,14	**13,06**	**49,69**	**372,46**
2 завтрак	Кефир	**120**	**150**	*4,22*	*3,64*	*5,82*	*77,12*
				4,22	**3,64**	**5,82**	**77,12**
Обед	Рассольник домашний на м/к бульоне со сметаной	**150/5**	**200/8**	*1,94*	*5,33*	*11,85*	*103,87*
	Биточки рубленные	**60**	**80**	*12,44*	*9,24*	*12,56*	*183*
	Икра свекольная	**30**	**50**	*1,17*	*2,3*	*6,2*	*50,05*
	Каша гречневая рассыпчатая	**110**	**140**	*7,53*	*6,13*	*33,49*	*153,1*
	Компот из яблок	**150**	**180**	*0,14*	*0,14*	*13,5*	*54,82*
	Хлеб ржано-пшеничный	**20**	**40**	*2,67*	*0,39*	*16,08*	*76,0*
				25,89	**23,53**	**93,68**	**620,84**
Полдник	Ватрушка королевская с творогом	**70**	**100**	*43,74*	*16,76*	*27,0*	*276*
	Чай с лимоном	**150**	**180**	*0,08*	*0,01*	*8,52*	*34,8*
				43,82	**16,77**	**35,52**	**310,8**
Итого за		**1213,0**	**1540,00**	**88,07**	**57,00**	**184,71**	**1381,22**

день						