

Меню для детей детского сада №42 «Кораблик»

5-7 ноября 2025 года

Среда 5 ноября

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а для дете й 1-3 года	Энергетическая ценность ккал для детей 1-3 года	Вес блюда для детей 3-7 лет (грам м)	Энергетическая ценность для детей 3-7 лет (ккал)
Завтрак	Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	150	165,5	180	198,6
	Бутерброд с маслом	30/3	93,49	35/5	120,29
	Чай с сахаром	170	31,73	200	37,3
		353	290,72	420	356,19
2 завтрак	Сок в ассортименте	150	64	180	76
		150	64	180	76
Обед	Огурец соленый	30	4,2	50	7
	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	150	70,95	200	85,94
	Котлета "Улыбка"	60	115,9	80	154,6
	Рагу из овощей	110	133,1	150	181,5
	Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113
	Хлеб ржано-пшеничный	30	57,04	37,5	71,3
		530	465,94	717,5	613,34
Полдник	Манник	75	190,87	85	216,3
	Соус молочный сладкий	15	15,22	20	20,29
	Чай с лимоном	150	29	180	34,8
		240	235,09	285	271,39
Итого за день		1273,0	1055,8	1602,5	1316,9

Четверг 6 ноября

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда для детей 1-3 года	Энергетическая ценность ккал для детей 1-3 года	Вес блюда для детей 3-7 лет (грамм)	Энергетическая ценность для детей 3-7 лет (ккал)
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	150/3	122,2	180/5	155,82
	Бутерброд с маслом	30/3	93,49	35/5	120,29
	Кофейный напиток с молоком	170	85,9	200	87,11
		356	301,59	425	363,22
2 завтрак	Плоды свежие (яблоко)	150	62,04	180	74,45
		150	62,04	180	74,45
Обед	Икра морковная	30	38,7	50	46,85
	Суп картофельный с рыбой	150	158,77	180	190,53
	Рыба, тушенная с овощами	60	55,5	80	74
	Каша рисовая рассыпчатая	110	160,6	130	189,8
	Компот из кураги	150	73,5	180	101,7
	Хлеб ржано-пшеничный	30	57,04	37,5	71,3
		530	544,11	677,50	674,18
Полдник	Омлет натуральный с маслом	120	188,4	150	233,50
	Чай с сахаром	150	28	200	37,3
		270	216,40	330	270,80
Итого за день		1306,00	1124,14	1612,50	1382,65

Пятница 7 ноября

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда для детей 1-3 года	Энергетическая ценность ккал для детей 1-3 года	Вес блюда для детей 3-7 лет (грамм)	Энергетическая ценность для детей 3-7 лет (ккал)
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	108,9	180	130,68
	Бутерброд с сыром	30/10	80,14	30/15	104,25
	Какао с молоком	160	74,63	200	95,71
		350	263,67	425	330,64
2 завтрак	Кефир	120	61,69	150	77,12
		120	61,69	150	77,12
Обед	Свекла отварная	30	14,1	50	23,5
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150	89,7	200	119,6
	Биточки рубленые	60	137,25	80	183
	Каша гречневая рассыпчатая	110	125,05	130	142,17
	Компот из яблок	150	52	180	54,82
	Хлеб ржано-пшеничный	30	57,04	37,5	71,3
		530	475,14	677,50	594,39
Полдник	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	159,80	70	186,37
	Сок в ассортименте	150	64	180	76
		210	223,80	250	262,37
Итого за день		1210,0	1024,3	1502,5	1264,5



