

Меню для детей детского сада №42 «Кораблик»

25-29 августа 2025 года

Понедельник 25 августа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда(г) для детей 1-3 года	Энергетическая ценность (к/ккал) для детей 1-3 года	Вес блюда(г) для детей 3-7 лет	Энергетическая ценность (к/ккал) для детей 3-7лет
Завтрак	Каша жидкая ячневая на сгущенном молоке	150/3	165,5	180/4	198,6
	Бутерброд с маслом	30/3	93,49	35/5	120,29
	Чай с сахаром	170	31,73	200	37,3
		356	290,72	424	356,19
2 завтрак	Сок в ассортименте	160	68,24	180	76
		160	68,24	180	76
Обед	Икра морковная	30	28,11	50	46,85
	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	160	75,7	200	107
	Тефтели со сметанно-томатным соусом	60	91,34	80	114,8
	Макаронные изделия отварные	120	124	130	134,4
	Напиток из шиповника	150	66,68	180	80,02
	Хлеб пшеничный	30	71,1	30	71,1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	57,04	40	76
		565	513,97	710	630,17
	Пудинг из творога с яблоками	80	174,40	100	213,47
	Соус фруктовый	15	8,65	15	8,65
Полдник	Чай с лимоном	150	29	180	34,8
		245,00	212,05	295	256,92
	Итого за день	1326,0	1085,0	1609	1319,28

Вторник 26 августа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда(г) для детей 1-3 года	Энергетическая ценность (к/ккал) для детей 1-3 года	Вес блюда(г) для детей 3-7 лет	Энергетическая ценность (к/ккал) для детей 3-7 лет
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	160	116,16	180	130,68
	Бутерброд с повидлом	25/5	73,21	40/15	127,42
	Кофейный напиток с молоком	160	62,82	180	107
		350	252,19	415	365,10
2 завтрак	Плоды свежие (апельсин)	95/6	62,84	180	74,45
		101	62,84	180	74,45
Обед	Свекла отварная	30	14,1	50	50,05
	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	150	108,94	200	145,2
	Голубцы ленивые	120	201,78	80	114,8
	Соус сметанный	15	9,48	150	142
	Компот из изюма	150	61,78	180	74,13
	Хлеб ржано-пшеничный	35	66,55	37,5	71,3
		500	462,63	717,50	597,48
Полдник	Манник	70	178,14	100	247
	Соус молочный сладкий	15	15,22	15	8,65
	Чай с сахаром	150	28	180	33,6
		235,00	221,36	295,00	289,25
Итого за день		1186,0	999,0	1607,5	1326,3

Среда 27 августа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда для детей 1-3 года	Энергетическая ценность (к/ккал) для детей 1-3 года	Вес блюда для детей 3-7 лет	Энергетическая ценность (к/ккал) для детей 3-7 лет
Завтрак	Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150	150,27	160/5	165,3
	Бутерброд с сыром	30/10	80,14	30/15	104,25
	Чай с молоком и сахаром	160	40,2	200	98,8
		350	270,61	410	368,35
2 завтрак	Печенье сахарное	10	41,70	20	83,4
	Молоко кипяченое	110	57,61	130	68,09
		120	99,31	150	151,49
Обед	Огурец соленый	30	4,2	50	7
	Бульон из кур с гренками	170	69,53	180	140
	Котлеты рубленые из птицы	60	156	70	182
	Рагу из овощей	120	145,2	130	157,3
	Компот из апельсинов	150	64,77	180	77,72
	Хлеб ржано-пшеничный	35	66,55	37,5	71,3
		565	506,25	647,5	635,32
Полдник	Омлет натуральный с маслом	120	188,4	150	235,5
	Чай с лимоном	150	29	180	34,8
		270,00	217,40	330,00	270,30
Итого за день		1305,0	1093,6	1537,5	1425,5

Четверг 28 августа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда для детей 1-3 года	Энергетическая ценность (к/ккал) для детей 1-3 года	Вес блюда для детей 3-7 лет	Энергетическая ценность (к/ккал) для детей 3-7 лет
Завтрак	Каша жидкая пшеничная с маслом	150	132,1	180	173,25
	Бутерброд с маслом	30/3	93,49	35/5	120,29
	Кофейный напиток с молоком	160	62,82	200	100,56
		343	288,41	420	394,10
2 завтрак	Плоды свежие (яблоко)	150	62,04	180	74,45
		150	62,04	180	74,45
Обед	Икра морковная	30	28,11	50	46,85
	Суп картофельный с рыбой	150	158,75	180	190,53
	Шницель рыбный натуральный	50/3	83	70/4	116,2
	Картофельное пюре	110	104,13	130	123,1
	Напиток из шиповника	150	66,68	180	80,02
	Хлеб ржано-пшеничный	30	57,04	37,5	71,3
		523	510,03	651,5	628,00
Полдник	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	159,80	90	239,62
	Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113
		210	244,55	290,00	352,62
Итого за день		1226,0	1105,0	1541,5	1449,2

Пятница 29 августа

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда для детей 1-3 года	Энергетическая ценность (к/ккал) для детей 1-3 года	Вес блюда для детей 3-7 лет	Энергетическая ценность (к/ккал) для детей 3-7 лет
Завтрак	Каша жидкая молочная манная	160/3	133,11	170/5	151,10
	Бутерброд с сыром	30/10	80,14	30/15	104,25
	Какао с молоком	150	89	180	107
		353	302,25	400	362,35
2 завтрак	Кефир	120	61,69	150	77,12
		120	61,69	150	77,12
Обед	Икра свекольная	30	30,03	50	50,05
	Рассольник домашний со сметаной	150	68	180	81,6
	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	20	38	37,5	71,3
		520	450,33	647,5	582,94
Полдник	Ватрушка королевская с творогом	70	193,2	80	220,8
	Чай с лимоном	150	29	180	34,8
		220,00	222,20	260,00	255,60
Итого за день		1213,00	1036,47	1457,50	1278,01