

Утверждаю:

**Меню** на 27 апреля 2026г от 3 до 7 лет

Понедельник День 6	Наименование блюд	Выход блюд	
		Вес, гр.	Калор. кк
Завтрак	Макаронные изделия с сыром	<b>190/10</b>	<b>148,1</b>
	Бутерброд с повидлом	<b>25/20</b>	<b>114</b>
	Напиток из плодов шиповника	<b>200</b>	<b>97,9</b>
<b>2 завтрак 10 часов</b>	Сок	<b>200</b>	<b>90</b>
Обед	Свёкла тёртая	<b>50</b>	<b>46,9</b>
	Суп картофельный с клёцками на курином бульоне со сметаной	<b>180</b>	<b>181,76/ 15,2</b>
	Плов из курицы	<b>200</b>	<b>221,54</b>
	Компот из смеси сухофруктов	<b>180</b>	<b>114,7</b>
	Хлеб ржано-пшеничный	<b>40</b>	<b>49,9</b>
	<b>Полдник</b>	Булочка домашняя	<b>70</b>
	Чай с молоком или сливками	<b>200</b>	<b>78</b>

**Итого калорийность: 1350**

**Меню** на 27 апреля 2026г от 1,5 до 3 лет

Понедельник День 6	Наименование блюд	Выход блюд	
		Вес, гр.	Калор. кк
Завтрак	Макаронные изделия с сыром	<b>150/7</b>	<b>126</b>
	Бутерброд с повидлом	<b>20/10</b>	<b>90,9</b>
	Напиток из плодов шиповника	<b>180</b>	<b>63,1</b>
<b>2 завтрак 10 часов</b>	Сок	<b>150</b>	<b>70</b>
Обед	Свёкла тёртая	<b>30</b>	<b>28,15</b>
	Суп картофельный с клёцками на курином бульоне со сметаной	<b>150</b>	<b>155,2/ 15,2</b>
	Плов из курицы	<b>160</b>	<b>172,4</b>
	Компот из смеси сухофруктов	<b>150</b>	<b>69,15</b>
	Хлеб ржано-пшеничный	<b>40</b>	<b>49,9</b>
	<b>Полдник</b>	Булочка домашняя	<b>60</b>
	Чай с молоком или сливками	<b>150</b>	<b>58</b>

**Итого калорийность: 1183,59**

Утверждаю:

**Меню** на 28 апреля 2026г

от 3 до 7 лет

Вторник День 7	Наименование блюд	Выход блюд		
		Вес, гр	Калор кк	
Завтрак	Каша «Дружба» №1	200	167	
	Бутерброд с маслом	25/5	109	
	Кофейный напиток с молоком	200	84	
2 завтрак 10 часов	Фрукт	100	90	
Обед	Зелёный горошек	50	23,6	
	Рассольник ленинградский на мясокостном бульоне со сметаной	180	173,6/ 15,2	
	Котлеты мясные	70	134,3	
	Пюре картофельное	130	118,7	
	Компот из сухофруктов	180	114,7	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	49,9	
	Полдник	Запеканка из творога с морковью	150	220,4
		Соус молочный сладкий	20	75
Чай с сахаром		200	33,6	

**Итого калорийность: 1350**

**Меню** на 28 апреля 2026г

от 1,5 до 3 лет

Вторник День 7	Наименование блюд	Выход блюд		
		Вес, гр	Калор кк	
Завтрак	Каша «Дружба» №1	150	110,2	
	Бутерброд с маслом	20/5	90,8	
	Кофейный напиток с молоком	175	79	
2 завтрак 10 часов	Фрукт, печенье	95/5	70	
Обед	Зелёный горошек	30	21,8	
	Рассольник ленинградский на мясокостном бульоне со сметаной	150	142,8/ 15,2	
	Котлеты мясные	50	106,7	
	Пюре картофельное	110	90,4	
	Компот из сухофруктов	150	63,2	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	49,9	
	Полдник	Запеканка из творога с морковью	130	136,9
		Соус молочный сладкий	15	45,1
Чай с сахаром		150	28	

**Итого калорийность: 1050**

Утверждаю:

**Меню** на 29 апреля 2026г от 3 до 7 лет

Среда День 8	Наименование блюд	Выход блюд	
		Вес, гр	Калор, кк
<b>Завтрак</b>	Каша кукурузная молочная	<b>200</b>	<b>137</b>
	Бутерброд с сыром	<b>25/7</b>	<b>139</b>
	Какао с молоком	<b>200</b>	<b>84</b>
<b>2 завтрак 10 часов</b>	Сок	<b>200</b>	<b>90</b>
<b>Обед</b>	Капуста тушёная	<b>50</b>	<b>44,78</b>
	Суп с рыбный	<b>180</b>	<b>180,42</b>
	Тефтели рыбные тушеные (котлеты,суфле)	<b>70</b>	<b>131,4</b>
	Гречневый гарнир	<b>130</b>	<b>135,8</b>
	Компот из чернослива и кураги	<b>180</b>	<b>87,7</b>
	Хлеб ржано-пшеничный	<b>40</b>	<b>49,9</b>
<b>Полдник</b>	Манник	<b>150</b>	<b>163</b>
	Кисель плодово-ягодный	<b>200</b>	<b>107</b>

**Итого калорийность: 1350**

**Меню** на 29 апреля 2026г от 1,5 до 3 лет

Среда День 8	Наименование блюд	Выход бдюд	
		Вес, гр	Калор, кк
<b>Завтрак</b>	Каша кукурузная молочная	<b>150</b>	<b>102,6</b>
	Бутерброд с сыром	<b>20/7</b>	<b>117,3</b>
	Какао с молоком	<b>150</b>	<b>60,1</b>
<b>2 завтрак 10 часов</b>	Сок	<b>150</b>	<b>70</b>
<b>Обед</b>	Капуста тушёная	<b>30</b>	<b>23,4</b>
	Суп с рыбный	<b>150</b>	<b>142,8</b>
	Тефтели рыбные тушеные (котлеты,суфле)	<b>50</b>	<b>93,5</b>
	Гречневый гарнир	<b>110</b>	<b>107,2</b>
	Компот из чернослива и кураги	<b>150</b>	<b>73.2</b>
	Хлеб ржано-пшеничный	<b>40</b>	<b>49,9</b>
<b>Полдник</b>	Манник	<b>120</b>	<b>165</b>
	Кисель плодово-ягодный	<b>150</b>	<b>45</b>

**Итого калорийность: 1050**

Утверждаю:

**Меню** на 30 апреля 2026г от 3 до 7 лет

Четверг День 9	Наименование блюд	Выход блюд	
		Вес, гр	Калор, кк
Завтрак	Каша пшенная молочная	200	167
	Бутерброд с маслом	25/5	109
	Кофейный напиток с молоком	200	84
2 завтрак 10 часов	Фрукт	100	90
Обед	Огурец солёный	50	12
	Борщ на мясокостном бульоне со сметаной	180	198/ 15,2
	Жаркое по-домашнему	200	257,2
	Напиток из плодов шиповника	180	97,9
	Хлеб ржано- пшеничный	40	49,9
	Ватрушка с повидлом	70	190
	Чай с лимоном	200/10	80

**Итого калорийность: 1350**

**Меню** на 30 апреля 2026г от 1,5 до 3 лет

Четверг День 9	Наименование блюд	Выход блюд	
		Вес, гр	Калор, кк
Завтрак	Каша пшенная молочная	150	110,2
	Бутерброд с маслом	20/5	90,8
	Кофейный напиток с молоком	175	79
2 завтрак 10 часов	Фрукт, печенье	95/5	70
Обед	Огурец солёный	30	12
	Борщ на мясо-костном бульоне со сметаной	150	168
	Жаркое по-домашнему	180	180,9
	Напиток из плодов шиповника	150	70
	Хлеб ржано- пшеничный	40	49,9
	Ватрушка с повидлом	60	178
	Чай с лимоном	150/7	32

**Итого калорийность: 1050**