

Утверждаю:

Меню на 29 июня 2026г от 3 до 7 лет

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

Итого калорийность: 1350

Меню на 29 июня 2026г от 1,5 до 3 лет

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

Итого калорийность: 1183,59

Утверждаю:

Меню на 30 июня 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
	Запеканка из творога с морковью	150	220,4
	Соус молочный сладкий	20	75
	Чай с сахаром	200	33,6

Итого калорийность: 1350

Меню на 30 июня 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
	Запеканка из творога с морковью	130	136,9
	Соус молочный сладкий	15	45,1
	Чай с сахаром	150	28

Итого калорийность: 1050