

25.03.2026 (1,5-3 года, 2ср)
(1,5-3 года)

1 (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
8	Суп молочный манный молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное	кКал-117, Белки-5, Жиры-4, Угл-14, Витамин С-1
1	Бутерброды с маслом батон пшеничный, масло сливочное	кКал-146, Белки-3, Жиры-8, Угл-16
0	Чай с лимоном сахар, лимоны, чай	кКал-39, Угл-10, Витамин С-3
Итого за Завтрак1		кКал-302, Белки-8, Жиры-12, Угл-40, Витамин С-4
<u>Завтрак2</u>		
1	Фрукты и ягоды свежие	кКал-33, Угл-7, Витамин С-8
Итого за Завтрак2		кКал-33, Угл-7, Витамин С-8
<u>Обед</u>		
0	Борщ с фасолью и картофелем свекла, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, соль, чеснок, сахар, зелень	кКал-420, Белки-13, Жиры-18, Угл-52, Витамин С-22
	Сметана 15% жир	кКал-8, Жиры-1
0	Пюре картофельное картофель, молоко, масло сливочное	кКал-101, Белки-2, Жиры-4, Угл-15, Витамин С-13
2	Шницель рыбный натуральный филе минтая, лук репчатый, мука пшеничная, молоко, яйцо, масло растительное, зелень	кКал-53, Белки-6, Жиры-2, Угл-4, Витамин С-1
1	Салат из белокочанной капусты капуста белокочанная, морковь, соль, сахар, масло растительное, кислота лимонная	кКал-25, Жиры-1, Угл-3, Витамин С-10
7	Хлеб пшеничный	кКал-62, Белки-2, Угл-12
7	Хлеб ржаной	кКал-53, Белки-2, Угл-11
0	Компот из сухофруктов сухофрукты (ассортни), сахар, кислота лимонная	кКал-50, Угл-12
Итого за Обед		кКал-772, Белки-25, Жиры-26, Угл-109, Витамин С-46
<u>Полдник</u>		
5	Кондитерские изделия	кКал-71, Белки-1, Жиры-2, Угл-13
11	Ряженка	кКал-76, Белки-4, Жиры-4, Угл-6, Витамин С-1
Итого за Полдник		кКал-147, Белки-5, Жиры-6, Угл-19, Витамин С-1
Итого за день		кКал-1 254, Белки-38, Жиры-44, Угл-175, Витамин С-59

25.03.2026 (3-7лет, 2ср)

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

198 **Суп молочный манный** кКал-130, Белки-5, Жиры-5, Угл-16, Витамин С-1

молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное

43 **Бутерброды с маслом** кКал-146, Белки-3, Жиры-8, Угл-16

батон пшеничный, масло сливочное

180 **Чай с лимоном** кКал-44, Угл-11, Витамин С-3

сахар, лимоны, чай

Итого за Завтрак1 кКал-320, Белки-8, Жиры-13, Угл-43, Витамин С-4

Завтрак2

80 **Плоды и ягоды свежие** кКал-35, Угл-8, Витамин С-8

Итого за Завтрак2 кКал-35, Угл-8, Витамин С-8

Обед

180 **Борщ с фасолью и картофелем** кКал-473, Белки-14, Жиры-20, Угл-58, Витамин С-25

свекла, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сахар, чеснок, соль, зелень

7 **Сметана 15% жир** кКал-11, Жиры-1

130 **Пюре картофельное** кКал-119, Белки-3, Жиры-4, Угл-18, Витамин С-16

картофель, молоко, масло сливочное

79 **Шницель рыбный натуральный** кКал-80, Белки-9, Жиры-3, Угл-6, Витамин С-2

филе минтая, лук репчатый, мука пшеничная, молоко, масло растительное, яйцо, зелень

60 **Салат из белокочанной капусты** кКал-37, Белки-1, Жиры-2, Угл-4, Витамин С-15

капуста белокочанная, морковь, соль, масло растительное, сахар, кислота лимонная

32 **Хлеб пшеничный** кКал-73, Белки-3, Угл-14

32 **Хлеб ржаной** кКал-63, Белки-2, Угл-13

180 **Компот из сухофруктов** кКал-56, Угл-14

сухофрукты (ассортим), сахар, кислота лимонная

Итого за Обед кКал-912, Белки-32, Жиры-30, Угл-127, Витамин С-58

Полдник

45 **Кондитерские изделия** кКал-71, Белки-1, Жиры-2, Угл-13

171 **Ряженка** кКал-86, Белки-5, Жиры-4, Угл-7, Витамин С-1

Итого за Полдник кКал-157, Белки-6, Жиры-6, Угл-20, Витамин С-1

Итого за день кКал-1 424, Белки-46, Жиры-49, Угл-198, Витамин С-71