

**Меню приготавливаемых блюд на  
02.07.2025**

Возрастная категория: 1-3 года/3-7 лет

| Прием пищи                       | Наименование блюда            | Вес блюда   |             | Энергетическая ценность |             |
|----------------------------------|-------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
|                                  |                               | 1-3 года    | 3-7 лет     | 1-3 года                |             |
| Неделя 2<br>День 8               |                               |             |             |                         |             |
| <i>итого за завтрак</i>          | Запеканка творожная           | 100         | 120/140     | 264,64                  | 308,76      |
|                                  | Какао с молоком               | 150         | 200         | 108,9                   | 116         |
|                                  | Джем фруктовый                | 30          | 30          | 80                      | 80          |
|                                  | Хлеб пшеничный                | 25          | 35          | 54,8                    | 82,2        |
|                                  | Масло сливочное порциями      | 6           | 8           | 45                      | 60          |
|                                  | Сыр (соц.)                    |             | 10          |                         | 32,09       |
|                                  |                               |             | <b>331</b>  | <b>413</b>              | <b>553</b>  |
| 2 завтрак                        |                               |             |             |                         |             |
| обед                             | Свекольник со сметаной        | 150         | 200         | 98,11                   | 130,81      |
|                                  | Гуляш из печени               | 80          | 100         | 109,36                  | 121,51      |
|                                  | Макароны отварные             | 100         | 110         | 132,72                  | 145,99      |
|                                  | Хлеб ржаной                   | 35          | 45          | 52,8                    | 66          |
|                                  | Овощи свежие/консервир.       | 50          | 60          | 12,5                    | 15,0        |
|                                  | Компот из смеси сухофруктов   | 150         | 200         | 70,65                   | 94,2        |
| <b>итого за обед</b>             |                               | <b>555</b>  | <b>705</b>  | <b>474</b>              | <b>571</b>  |
| полдник,<br>совмещенный с ужином | Выпечка                       | 80          | 100         | 152,64                  | 190,8       |
|                                  | Салат из свежей капусты       | 100         | 120         | 105,25                  | 122,8       |
|                                  | Чай черный байховый с сахаром | 150         | 200         | 36,48                   | 48,64       |
| <b>итого за полдник</b>          |                               | <b>330</b>  | <b>420</b>  | <b>294</b>              | <b>362</b>  |
| <b>Итого за день:</b>            |                               | <b>1216</b> | <b>1738</b> | <b>1321</b>             | <b>1580</b> |
| <b>Ужин соц.:</b>                | Печень тушеная                |             | 100         |                         | 121,51      |
|                                  | Рис отварной                  |             | 110         |                         | 219,27      |
|                                  | Хлеб пшеничный                |             | 35          |                         | 82,2        |
|                                  | Чай с сахаром                 |             | 200         |                         | 48,64       |
|                                  | Печенье                       |             | 30          |                         | 123,3       |
| <b>Итого:</b>                    |                               |             | <b>2183</b> |                         | <b>2052</b> |