

## МЕНЮ

07 апреля 2025

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: осень-зима							
Стоимость: 179 рублей							
<b>Завтрак</b>							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,9	8,0	26,7	202,6	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	5,8	0,1	52,4		2012
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58,2	430	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>417</b>	<b>8,4</b>	<b>14,8</b>	<b>56,8</b>	<b>391,8</b>		
<b>II Завтрак</b>							
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>		
<b>Обед</b>							
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	50	0,8	2,4	4,4	43,3		2012
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	180	2,4	4,2	12,3	97,1	86	2012
ПЛОВ С МЯСОМ	200	20,2	21,0	33,3	403,3	304	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2012
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>27,1</b>	<b>28,0</b>	<b>87,6</b>	<b>712,2</b>		
<b>Полдник</b>							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,0	4,1	28,4	167,3	467	2012
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	0,6	0,0	32,0	131,9	321	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,6</b>	<b>4,1</b>	<b>60,4</b>	<b>299,2</b>		
<b>Ужин</b>							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	20,5	14,3	19,7	294,6	237	2012
ДЖЕМ	50	0,3	0,1	36,5	142,0	2	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/5	0,3	0,1	15,2	62,0	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>455</b>	<b>24,7</b>	<b>14,9</b>	<b>95,2</b>	<b>612,0</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>65,2</b>	<b>62,2</b>	<b>309,8</b>	<b>2 062,2</b>		

МЕНЮ  
08 апреля 2025

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: осень-зима							
Стоимость: 179 рублей							
<b>Завтрак</b>							
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,6	9,7	24,4	210,3	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4		2012
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,2	2,9	0,0	35,3		2012
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,5	93,3	395	2012
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>415</b>	<b>13,1</b>	<b>19,5</b>	<b>50,2</b>	<b>428,7</b>		
<b>II Завтрак</b>							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,0	43,2	442	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,0</b>	<b>43,2</b>		
<b>Обед</b>							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,6	0,0	5,6	26,0	41	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	3,6	5,9	6,4	94,5	67	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,5	18,5	125,9	321	2012
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	11,1	10,6	10,5	182,0	239	2008
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	180	0,3	0,1	19,4	81,1	375	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>22,0</b>	<b>21,5</b>	<b>84,0</b>	<b>622,2</b>		
<b>Полдник</b>							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5		2008
РЯЖЕНКА	200	6,0	2,0	8,4	79,8	435	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>9,8</b>	<b>6,9</b>	<b>45,6</b>	<b>288,3</b>		
<b>Ужин</b>							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,9	4,4	17,7	125,2	414	2012
ФРИКАСЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	8,0	12,3	4,6	159,4	259	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,6	430	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>460</b>	<b>15,7</b>	<b>17,2</b>	<b>62,2</b>	<b>462,6</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>61,0</b>	<b>65,2</b>	<b>251,9</b>	<b>1 845,0</b>		

## МЕНЮ

09 апреля 2025

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: осень-зима							
Стоимость: 179 рублей							
<b>Завтрак</b>							
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,0	8,1	27,9	205,1	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	74,8		2012
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	31,5	213	2008
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,3	45,0	430	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>10,1</b>	<b>19,7</b>	<b>54,8</b>	<b>435,0</b>		
<b>II Завтрак</b>							
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>		
<b>Обед</b>							
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	50	0,6	2,6	3,6	40,8	53	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ПТИЦЫ	180	6,2	3,4	12,7	107,5		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	0,6	31,1	149,2	204	2012
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	9,2	11,1	8,2	171,1	286	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,9	0,1	22,9	96,3	394	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>25,5</b>	<b>18,2</b>	<b>102,1</b>	<b>677,6</b>		
<b>Полдник</b>							
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОКОМ	50	2,7	3,9	19,9	108,7	437	
КИСЕЛЬ	200	0,1	0,1	27,8	112,7	411	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>2,8</b>	<b>4,0</b>	<b>47,7</b>	<b>221,5</b>		
<b>Ужин</b>							
РАГУ ОВОЩНОЕ (1 ВАРИАНТ)	200	3,6	9,2	17,0	172,8	342	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	13,9	55,6	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>7,4</b>	<b>9,7</b>	<b>54,7</b>	<b>341,8</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>46,2</b>	<b>52,0</b>	<b>269,1</b>	<b>1 722,9</b>		

**МЕНЮ**  
10 апреля 2025

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: осень-зима							
Стоимость: 179 рублей							
<b>Завтрак</b>							
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНАЯ	200	2,7	5,5	12,3	110,2	1	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	5,8	0,1	52,4		2012
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2012
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>417</b>	<b>8,6</b>	<b>15,2</b>	<b>42,8</b>	<b>343,1</b>		
<b>II Завтрак</b>							
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	0,3	0,0	16,0	66,0	321	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>16,0</b>	<b>66,0</b>		
<b>Обед</b>							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	3,0	4,1	46,4	45	2012
СУП КУРИНЫЙ	180	4,7	6,5	12,3	127,1	86	2012
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	5,3	33,3	192,7	315	2012
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	80	12,5	17,5	4,8	234,9	375	1996
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	25,1	103,5	394	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>25,0</b>	<b>32,9</b>	<b>103,2</b>	<b>817,3</b>		
<b>Полдник</b>							
ПРЯНИКИ	50	3,0	2,4	37,5	183,0		2008
КЕФИР	200	6,0	0,2	8,0	61,9	435	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>9,0</b>	<b>2,6</b>	<b>45,5</b>	<b>244,9</b>		
<b>Ужин</b>							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,5	18,5	125,9	321	2012
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	10,5	10,7	8,8	174,3	272	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/5	0,3	0,1	13,2	53,9	431	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>17,0</b>	<b>15,7</b>	<b>64,3</b>	<b>467,5</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>59,9</b>	<b>66,4</b>	<b>271,8</b>	<b>1 938,8</b>		

## МЕНЮ

11 апреля 2025

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: осень-зима							
Стоимость: 179 рублей							
<b>Завтрак</b>							
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,2	27,5	2,7	315,4	223	2012
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	74,8		2012
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	13,9	55,6	430	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>17,5</b>	<b>37,1</b>	<b>37,3</b>	<b>550,6</b>		
<b>II Завтрак</b>							
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>		
<b>Обед</b>							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,8	4,9	3,7	61,8	39	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	3,8	5,7	8,8	102,8	57	2012
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	14,6	7,3	30,4	245,2	20	
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	19,5	14,9	17,8	282,4	314	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>42,4</b>	<b>33,2</b>	<b>98,3</b>	<b>860,7</b>		
<b>Полдник</b>							
РУЛЕТИК С САХАРОМ	50	3,8	6,4	29,9	192,3	469	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	14,6	59,4	431	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,1</b>	<b>6,5</b>	<b>44,5</b>	<b>251,7</b>		
<b>Ужин</b>							
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	210	9,9	22,2	37,9	393,0	210	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15,0	59,9	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>13,0</b>	<b>22,6</b>	<b>71,8</b>	<b>543,4</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>77,4</b>	<b>99,8</b>	<b>261,6</b>	<b>2 253,4</b>		