



МЕНЮ
09 ЯНВАРЯ 2025 г.
от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Стоимость: 179 руб.					
КАША ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "МАЛЕНЬКИЙ ПРИНЦ" (молоко, крупа овсяная, сахар, масло сливочное)	180	3,7	4,4	22,4	145,2
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	7	1,9	2	0,1	26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	200	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	417	9,3	8,9	51,4	324,1
Второй завтрак					
ЯБЛОКО	100	5,8	10,9	52,2	328,3
Обед					
ВИНЕГРЕТ	50	0,7	2	10,4	63,3
РАССОЛЬНИК ОТ ВАСИЛИСЫ ПРЕКРАСНОЙ (говядина, курица, томат, лук репчатый, морковь, картофель, крупа перловая, огурец, соленый, масло растительное)	180	6,2	11,2	9	163,6
РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сливочное)	130	4	4,1	18,1	125,1
КУРИЦА С ОВОЩАМИ	80	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ ЯГОД "АЛЕНУШКА" (свежая клюква, сахар, лимон)	200	0,2	0,2	22,5	93,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	680	23,5	26,3	90,2	694,7
Полдник					
БУЛОЧКА С ВАНИЛЬНОЙ ПОСЫПКОЙ (мука пшеничная, дрожжи хлебопекарные, масло сливочное, молоко, сахар)	50	4,5	5,9	44,6	250,2
РЯЖЕНКА	200	5,2	4,4	17	223
Итого за прием пищи:	250	9,7	10,3	61,6	473,2
Ужин					
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ПТИЦЕЙ (филе куриное, лук репчатый, морковь, томат, капуста б/к, масло растительное)	220	2	3,3	14,9	97,2
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИНЦ ЛИМОН"	200	0	0	28,2	112,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за прием пищи:	450	4,3	4,2	58,5	288,6
Всего за день:	1585	80,4	71,8	242,6	1946,6

МЕНЮ

10 ЯНВАРЯ 2025 г.

от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Стоимость: 179 руб.					
Завтрак					
ОМЛЕТ	180	5	7,4	23,4	181,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	2,3	3	0	36,5
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	417	11	12,9	52,3	370,7
Второй завтрак					
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	5,8	10,9	52,2	328,3
Обед					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ	50	0,5	1,9	4,2	37
БОРЩ ДЛЯ ЮНЫХ КОСМОНАВТОВ (говядина, капуста б/к, картофель, свекла, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль, масло растительное)	180	3,5	4,2	9,8	93,4
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ "КАЙ" (ГОРОХ, МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ)	130	4	4,1	18,1	125,1
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ "И ГЕРДА"	40/40	3,5	3	22,6	132,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "СИНЬОРИНА ГРУША" (сушеная груша, яблоки, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	660	14,3	14	83,2	519,6
Полдник					
ПЛЮШКА "МОСКОВСКАЯ" (мука пшеничная, молоко, сахар, дрожжи хлебопекарные)	50	2,2	1,9	18,6	100,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,4	0,4	9,8	47
Итого за прием пищи:	250	2,6	2,3	28,4	147,5
Ужин					
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСНЕЖКА" (молоко, рис, сахар, масло сливочное)	200	4	4,1	18,1	125,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИНЦ ЛИМОН"	200	0	0	28,2	112,8
Всего за день:	430	5,5	4,7	56,6	290,3

ИП Харитонов Е.Г.

Утверждаю

Директор

ИП Харитонов Е.Г.

И. Харитонов Е.Г.

МЕНЮ

13 января 2025 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА"	180	4,4	6	22,1	161,1	199
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	8,3	0,1	75,4	6
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	412
Итого за прием пищи:	417	7,1	15,3	51,1	370,3	
Завтрак						
СОК	100	1,5	0,5	21	96	199
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	50	0,7	2	10,4	63,3	13
СУП ВИТАМИННЫЙ С КУРИЦЕЙ "КУРОЧКА РЯБА"	180	14,5	6	8,5	145,9	86
ПЛОВ С МЯСОМ "СТАРИК ХОТТАБЫЧ"	200	3,5	3	22,6	132,2	219
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДИЛЬНОЕ ЯБЛОЧКО"	200	0	0	9,7	38,7	394
Итого за прием пищи:	670	21,5	11,8	70	473,3	
Подзник						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	
СОК	200	1,5	0,5	21	96	
Итого за прием пищи:	250	5,3	5,4	58,2	304,5	
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	3,5	3	22,6	132,2	219
СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	10	2,6	2,3	0,2	31,5	227
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	411
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	450	8,2	6,1	60,1	326,5	
Всего за день:		42,1	33,2	181,2	1170,1	



МЕНЮ

14 января 2025 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ "МАЛЕНЬКИЙ ПРИНЦ"	180	4,6	6,9	18,7	157,3	199
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	8,3	0,1	75	6
СЫР	10	0,1	8,3	0,1	75	6
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	200	2,2	1,9	18,6	100,5	412
Итого за прием пищи:	425	9,3	26,3	52,9	486,4	
Завтрак						
ЯБЛОКО	100	1,5	0,5	21	96	199
Обед						
МОРКОВЬ	50	0,7	2	10,4	63,3	14
ЩИ "ОТ ДЕДУШКИ МАЗАЯ" СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,6	4,5	8,3	97,9	87
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ "СНЕГУРОЧКА"	130	4	4,1	18,1	125,1	330
КОТЛЕТКИ РЫБНЫЕ "РУСАЛОЧКИ"	80	2,8	1,3	16,9	68	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "ГРАФИНЯ ВИШЕНКА"	200	0,4	0,1	25,5	105,8	393
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	680,00	16,3	12,8	98	553,3	
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	
РЯЖЕНКА	200	4,5	1,5	6,3	60	420
Итого за прием пищи:	250	8,3	6,4	43,5	268,5	
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С СОУСОМ	130	4	4,1	18,1	125,1	330
ФРИКАСЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	2,8	1,3	16,9	68	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
Итого за прием пищи:	430	8,5	6,1	57,5	294,1	
Всего за день:		42,4	51,6	251,9	1602,3	



МЕНЮ

15 января 2025 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			963	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСНЕЖКА"	180	4,5	6,1	20,8	157,2	182
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	8,3	0,1	75	6
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,3	3	0	36,5	7
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5	416
Итого за прием пищи:	437	10,6	19,9	49,8	421,6	
Завтрак						
СОК	100	1,5	0,5	21	96	199
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,65	1,8	8,6	58,9	21
СУП ГОРОХОВЫЙ	180	4,5	3,9	9,5	93,5	72
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ ДЛЯ ИЛЫИ МУРОМЦА	130	3,5	3	22,6	132,2	219
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ "ВЕСЕЛЫЙ АБРИКОС"	200	5,4	4	7,6	84,8	394
Итого за прием пищи:	680,00	26,55	24,6	80,2	653,7	
Полдник						
ПИРОГ С ЯБЛОКОМ	50	4	1,5	46,6	215,1	441
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	200	0,2	0,2	22,1	91,6	393
Итого за прием пищи:	250	4,2	1,7	68,7	306,7	
Ужин						
ОВОЩНОЕ РАГУ	230	2	3,3	14,9	97,2	339
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,4	4	7,6	84,8	417
Итого за прием пищи:	450	6,9	4,6	17,9	137,2	
Всего за день:		10,7	8,2	28,2	226,1	
Всего за день:		75,4	72,8	233,8	1828,8	

МЕНЮ

16 января 2025 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Рецептурный код
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	200	4,6	6,6	20,1	159,1	182
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	8,3	0,1	75	6
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	411
Итого за прием пищи:	437	6,4	15,6	42,7	335,1	
Завтрак						
ЯБЛОКО	100	1,5	0,5	21	96	199
Обед						
ВИНЕГРЕТ	50	0,4	1,5	2,6	25,3	21
СУП КУРИНЫЙ	180	6,4	7,6	10,6	137,9	82
РИС ОТВАРНОЙ	130	4	4,1	18,1	125,1	330
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРИЦЫ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	22,1	91,6	393
Итого за прием пищи:	760	37,9	24,7	88,7	728	
Полдник						
ПРЯНИКИ	50	4	1,5	46,6	215,1	441
КЕФИР	200	6,1	4,5	9,9	109,8	420
Итого за прием пищи:	250	10,1	6	56,5	324,9	
Ужин						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	2	3,3	14,9	97,2	339
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	450	13,4	15,1	50,5	389,3	
Всего за день:		75,4	72,8	233,8	1898,8	

