

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждаю

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

/Харитонова Е.Г./

**МЕНЮ**  
**25 НОЯБРЯ 2024 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 МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" (молоко, рис, пшено, сахар, масло сливочное)	180	5,4	8	24,1	190,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	8,3	0,1	75
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	13,4	53,4
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>417</b>	<b>7,2</b>	<b>17</b>	<b>47,9</b>	<b>371,4</b>
<b>Обед</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,65	1,8	8,6	58,9
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	50	0,65	1,8	8,6	58,9
СУП КУРИНЫЙ	180	6,2	11,2	9	163,6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ДЛЯ ВИПЫ-ПУХА (крупа гречневая, масло сливочное)	130	4	4,1	18,1	125,1
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	80	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДИЛЬНОЕ ЯБЛОЧКО" (сушеные яблоки, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,2	8,5	40,8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>640</b>	<b>1,5</b>	<b>25,8</b>	<b>71,4</b>	<b>614,9</b>
<b>Ужин</b>					
ДЕТСКИЙ ПЛОВ С КУРИЦЕЙ (рис, филе куриное, морковь, лук, масло растительное)	220	3,1	5,5	20,5	142,1
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>1,5</b>	<b>0,6</b>	<b>38,5</b>	<b>165,2</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1590</b>	<b>67,1</b>	<b>90,4</b>	<b>231,6</b>	<b>2031,2</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1530</b>	<b>56,8</b>	<b>71,1</b>	<b>263,1</b>	<b>1927,4</b>

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждаю

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

Харитонова Е.Г.

**МЕНЮ**  
**26 НОЯБРЯ 2024 г.**  
от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Стоимость: 179 руб.</b>					
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА" (молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар)	180	4,4	6	22,1	161,1
МАСЛО (ПОРЦИЙМИ)	5	0,1	8,3	0,1	75
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
СЫР	10	0,6	1,3	0,1	31,5
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>425</b>	<b>8,8</b>	<b>18,1</b>	<b>51,2</b>	<b>420,5</b>
<b>Второй завтрак</b>					
КЕФИР	100	3,6	2,7	5,4	86,4
<b>Обед</b>					
МОРКОВЬ	50	0,7	2	10,4	63,3
ЩИ "ОТ ДЕДУШКИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (говядина, картофель, лук репчатый, морковь, томат, капуста б/к, перец сладкий, томаты свежие)	180	5,6	4,5	8,3	97,9
ОВОЩНОЕ РАГУ С ПТИЦЕЙ "ДЛЯ ФАНТАЗЕРОВ" (филе куриное, картофель, лук репчатый, перец сладкий, помидоры свежие, морковь, томат, капуста б/к, масло растительное)	180	2	3,3	14,9	97,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "ГРАФИЯ ВИШЕНКА" (вишня, сахар, лимон)	200	0,2	0,2	22,5	93,7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>11,3</b>	<b>8,9</b>	<b>68,7</b>	<b>402,4</b>
<b>Ужин</b>					
ЗАПЕКАНКА "СКАЗОЧНАЯ" ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (творог, яйца куриные, мука пшеничная, сахар, сливки)	150	17,8	9,1	16,2	222,4
ЯБЛОКО	100	17,8	9,1	16,2	222,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>35,9</b>	<b>18,3</b>	<b>45,9</b>	<b>500</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1530</b>	<b>56,8</b>	<b>71,1</b>	<b>263,1</b>	<b>1927,4</b>



ИП Харитонова Е.Г.

Утверждаю  
 Елена Харитонова  
 Директор  
 ИП Харитонова Е.Г.  
 /Харитонова Е.Г./

**МЕНЮ**  
**27 НОЯБРЯ 2024 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 МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСНЕЖКА" (молоко, рис, сахар, масло сливочное)	150	17,8	9,1	16,2	222,4
ВЕТЧИЦА	10	2,6	2,3	0,2	31,5
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	28,2	112,8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>370</b>	<b>4,1</b>	<b>2,9</b>	<b>38,7</b>	<b>196,7</b>
<b>Второй завтрак</b>					
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	3,6	2,7	5,4	86,4
<b>Обед</b>					
ПЕЧЕНЬ КАБАЧКОВАЯ	50	0,4	1,5	2,6	25,3
СУПЧИК ГОРОХОВЫЙ (говядина, картофель, горох, морковь, лук, масло растительное)	180	6,3	7,5	10,6	135,4
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ ДЛЯ ИЛЫИ МУРОМЦА (макаронны, масло сливочное)	130	3,5	3	22,6	132,2
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "СИНЬОРИНА ГРУША" (сушеные яблоки и груши, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ППЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>72</b>	<b>560</b>
<b>Ужин</b>					
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ "СНЕГУРОЧКА" (картофель, молоко, масло сливочное)	130	17	16,5	19,8	296,9
ФРИКАДЕЛКИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	50/50	8,9	7,9	7,2	135,4
ХЛЕБ ППЕНИЧНЫЙ	20	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>29,9</b>	<b>26</b>	<b>75</b>	<b>925,3</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1500</b>	<b>59</b>	<b>67</b>	<b>251</b>	<b>2115</b>

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждаю  
Директор  
ИП Харитонова Е.Г.  
(Харитонова Е.Г.)

МЕНЮ  
28 НОЯБРЯ 2024 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ "ОТ АЛИСЫ ИЗ ЗАЗЕРКАЛЬЯ" (молоко, крупа пшениная, сахар, масло сливочное)	180	3,7	4,4	22,4	145,2
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	1,9	2	0,1	26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	200	2,2	1,9	18,6	100,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>9,3</b>	<b>8,9</b>	<b>51,4</b>	<b>324,1</b>
<b>Второй завтрак</b>					
РЯЖЕНКА	100	3,6	2,7	5,4	86,4
<b>Обед</b>					
ВИШЕГРЕТ	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	155,4
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>23,5</b>	<b>26,3</b>	<b>90,2</b>	<b>694,7</b>
<b>Ужин</b>					
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>4,3</b>	<b>4,2</b>	<b>58,5</b>	<b>288,6</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1585</b>	<b>80,4</b>	<b>71,8</b>	<b>242,6</b>	<b>1946,6</b>



ИП Харитонова Е.Г.



Утверждаю

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

/Харитонова Е.Г./

**МЕНЮ**

29 ноября 2024 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.					
<b>Завтрак</b>					
КАША ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "МАЛЕНЬКИЙ ПРИНЦ" (молоко, крупа овсяная, сахар, масло сливочное)	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>417</b>	<b>11</b>	<b>12,9</b>	<b>52,3</b>	<b>370,7</b>
<b>Второй завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Обед</b>					
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 ЩОРЕ "КАЙ" (ГОРОХ, МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ)	130	4	4,1	18,1	125,1
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ "И ГЕРДА"	80	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>14,3</b>	<b>14</b>	<b>83,2</b>	<b>519,6</b>
<b>Ужин</b>					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С СОУСОМ	200	4	4,1	18,1	125,1
ПЛОШКА "МОСКОВСКАЯ" (мука пшеничная, молоко, сахар, дрожжи хлебопекарные)	50	2,2	1,9	18,6	100,5
ЯБЛОКО	50	17,8	9,1	16,2	222,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ТРИ ПИЦА ЛИМОН"	200	0	0	28,2	112,8
<b>Всего за день:</b>	<b>450</b>	<b>21,8</b>	<b>13,2</b>	<b>62,5</b>	<b>460,3</b>