



МЕНЮ
27 января 2025 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		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	
КОМПОТ 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	
Полдник						
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
СТУЩЕННОЕ 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	

ИП Харитонова Е.Г.



МЕНЮ

28 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 ПЮРЕ "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	



Директор
И.П. Харитонов Е.Г.
Харитонов Е.Г./

МЕНЮ

29 января 2025 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			963	№ рецептур ы
		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 ИЛЬИ 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						
ОВОЦНОЕ 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	1898,8	



МЕНЮ

30 января 2025 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	200	4,6	6,6	20,1	159,1	182
МАСЛО (ПОРЦИОННО)	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	
КОМПОТ 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 ПУРЕ	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	

МЕНЮ

31 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						
ОМЛЕТ "ПЛАТЯЙ-БОЛТАЙ"	160	4,4	6	22,1	161,1	199
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	6
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	412
Итого за прием пищи:	400	6,3	15	46	343,7	
Завтрак						
СОК	100	1,5	0,5	21	96	199
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ	50	2,2	6,1	4,7	82,2	14
БОРЩ "ЛЕТНИЙ" ДЛЯ АЛЕШИ ПОПОВИЧА (капуста, картофель, морковь, корень сельдерея, перец сладкий, лук репчатый, томаты свежие, масло растительное)	180	5,6	6	9,8	117,2	63
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	3,5	3	22,6	132,2	219
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДИЛЬНОЕ ЯБЛОЧКО"	200	0	0	9,7	38,7	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:	710,00	23,8	27	78,7	654,6	
Полдник						
РУЛЕТИК С САХАРОМ	50	9	7,4	42,5	272,4	489
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0	0	28,2	112,8	396
Итого за прием пищи:	250	9	7,4	70,7	385,2	
Ужин						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	4	4,1	18,1	125,1	330
ЧАЙ С САХАРОМ	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:	420	5,7	4,8	40,6	226,1	
Всего за день:		44,8	54,2	236	1609,6	