

Возрастная категория:

Ясли – 1,5-3лет;

Сад – 3-7лет

Меню

На 19 мая 2025 года

Наименование блюда	Объем порции (нетто)		Калорийность, ккал		Примечание по замене блюд
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
	(с 1,5-3лет)	(с 3-7 лет)	(с 1,5-3лет)	(с 3-7 лет)	
Завтрак					
Батон, джем	25\10	28\13	65\29	79\43	
Суп молочный манный (молоко, крупа манная, сахар, масло)	150	200	95	126	
** каша вязкая гречневая на воде	130	180	102	129	8-1
Чай с молоком сгущенным (кофейный напиток, молоко, сахар)	170	200	91	107	
2-ой завтрак					
Сок фруктовый	150	190	69	87	
Обед					
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, масло)	30	50	20	34	
Суп-пюре гороховый с гренками (картофель, лук, морковь, горох, масло, хлеб пш.)	150\10	200\16	74\33	99\53	
Биточек из говядины (говядина, хлеб пш., масло)	60	70	134	145	
Макаронные изделия отварные	110	150	138	188	
Кисель из яблок* (яблоки, крахмал, сахар)	180	200	71	79	
Хлеб рж\пшеничный	18	28	35	55	
Уплотненный полдник					
Икра овощная (морковь, свекла, лук, масло)	30	50	22	37	
Пудинг из минтая (минтай, хлеб пш., масло)	60	80	85	114	
Картофель отварной (картофель, масло)	120	130	110	119	
Булочка домашняя (мука, дрожжи, сахар, масло)	45	60	147	196	
Чай с лимоном	187	208	28	31	
Хлеб рж\пшеничный	12	15	23	29	

Рекомендации на ужин: блюда из яиц, фрукты свежие

*-витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой на 1 порцию: 45мг – сад, 41мг – ясли.

** - замена для детей-аллергетиков.