

Возрастная категория:

Ясли – 1,5-3лет;

Сад – 3-7лет

Меню

На 11 июня 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					
Яйцо отварное	40	40	57	57	
Суп молочный ячневый (молоко, крупа ячневая, сахар, масло)	150	200	95	126	
Какао с молоком (какао, молоко, сахар)	150	200	76	102	
Батон	25	30	65	79	
2-ой завтрак					
Фрукты свежие	100	100	69	91	
Обед					
Салат из свежих огурцов, зелень (огурцы свежие, масло)	30\1	50\1	20	33	
Суп картофельный с фасолью, зелень (картофель, лук, морковь, фасоль, масло)	150\2	200\2	51	99	
Говядина, тушенная с овощами в соусе, зелень (говядина, картофель, лук, морковь, горошек конс., сок томатный, мука, масло)	150\2	200\2	259	323	
Компот из свежих плодов* (яблоко, груши, сахар)	150	200	63	79	
Хлеб пшеничный, рж\пшеничный	16\20	21\25	38\39	49\49	
Уплотненный полдник					
Салат из моркови и яблок (морковь, сахар)	40	50	19	24	
Пирог творожный, сметана (творог, сахар, яйцо, масло)	130\20	160\25	243\75	299\108	
Чай с сахаром	150	200	0	1	
Йогурт	110	110	69	69	
Хлеб пшеничный	10	15	23	35	

Рекомендации на ужин: блюда из круп, фрукты свежие

Сведения о пищевой ценности (содержание белков, жиров, углеводов, а также витаминов, макро- и микроэлементов) представлены в перспективном десятидневном меню.

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

** - замена для детей-аллергетиков.