

Возрастная категория:
Ясли – 1,5-3лет;
Сад – 3-7лет

Меню
На 1 апреля 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)	
<i>Завтрак</i>					
Батон, масло	25\5	30\5	53\33	87\33	
Горошек зеленый консервированный	40	60	16	24	
Омлет натуральный (яйцо, молоко, масло)	100	110	131	171	
** макароны изделия отварные	110	130	132	169	Гр.3,9
Чай с сахаром	180	200	28	32	
<i>2-ой завтрак</i>					
Фрукты свежие	100	100	67	90	
<i>Обед</i>					
Салат овощной с яблоком и свеклой, зелень (капуста, морковь, свекла, яблоко, масло)	30\1	50\1	12	19	
Суп-пюре картофельный, гренки, зелень (картофель, морковь, молоко, масло, хлеб пш.)	150\10\2	200\15\2	139	192	
Биточки из говядины (говядина, хлеб пш.,, масло)	60	80	112	149	
Каша вязкая гречневая (крупа гречневая, масло)	110	130	107	126	
Компот из смеси сух\ф* (смесь сух\ф, сахар)	150	200	73	97	
Хлеб рж\пшеничный	16	16	40	44	
<i>Уплотненный полдник</i>					
Огурцы консервированные	40	50	10	13	
Оладьи из печени по-кунцевски (печень говяжья, яйцо, морковь, мука., масло)	50	75	117	176	
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло)	120	140	110	129	
Чай с молоком	150		69		ясли
Чай из шиповника		200		34	сад
Йогурт	110		90		ясли
Печенье		25		159	сад
Хлеб рж\пшеничный	20	23	40	46	

Рекомендации на ужин: блюда из овощей и дылят

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.