

Ежедневное меню на 16.03.2026г.(6)

Прием пищи	Наименование блюда	1-3 лет вес блюда гр.	3-7 лет вес блюда гр.
Завтрак	Макарон.изд.отварные с маслом	120г 132,39ккал	140г 154,46 ккал
	Бутерброд с сыром	42г- 129,7ккал	45г-139ккал
	Чай с лимоном	150г-34ккал	180г-41ккал
Второй завтрак	Сок фруктовый	150 г-64ккакл	150г-64ккал
Обед	Рассольник «Ленинградский»	150г- 72,45 ккал	200г 96,6 ккал
	Бефстроганов из отв.мяса (говядина)	60 г.- 93,38 ккал	80 г.- 124,5 ккал
	Каша вязкая «Артек»	110 г- 110,95 ккал	130г- 132,08 ккал
	Ов.натур.соленые (огурцы)	20 г-3 ккал	30 г-4,5ккал
	Хлеб пшеничный	30г-69 ккал	30г-69 ккал
	Хлеб ржано-пшеничный	20 г-34 ккал	30г-52ккал
	Компот из сухофруктов	150г- 84,75ккал	180г- 101,7ккал
Полдник	В.С.П. Булочка «К чаю»	50г- 165 ккал	60г- 198 ккал
	Какао с молоком	150г-89ккал	180г-107ккал

Ежедневное меню на 17.03.2026 г.(7)

Прием пищи	Наименование блюда	1-3 лет вес блюда гр.	3-7 лет вес блюда гр.
Завтрак	Каша молочная вязкая(манная)	150г 114,75 ккал	200г 153 ккал
	Бутерброд с маслом	35г-119ккал	1 119ккал
	Чай с сахаром.	150г-28ккал	180г40ккал
2	Фрукты свеж. (Яблоко 1шт)	100-150гр 44 ккал	100-150гр 44 ккал
Обед	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150г 67,35 ккал	200г 89,8 ккал
	Рагу овощное	130г 111,67 ккал	140г 120,26 ккал
	Котлета руб.из мяса(говяд.)	50г- 115,83 ккал	60 г- 139 ккал
	Хлеб пшеничный	30г-69 ккал	30г-69 ккал
	Хлеб ржано-пшеничный	20 г-34 ккал	30г-52ккал
	Компот из сухофруктов	150г- 84,75ккал	180г- 101,7ккал
Полдник	В.С.П.Полоска песочная с повидлом	50г-243,90 ккал	60г-262,26 ккал
	Коф.напиток с молоком	150г- 70 ккал	180г- 91 ккал

Ежедневное меню на 04.03.2026 г.(8)

Прием пищи	Наименование блюда	1-3 лет вес блюда гр.	3-7 лет вес блюда гр.
Завтрак	Каша вязкая с тыквой (пшено)	150г 201 ккал	200г 258 ккал
	Бутерброд с маслом	35г-119ккал	35г-119ккал
	Чай с лимоном	150г-34ккал	180г41ккал
Второй завтрак	Сок фруктовый	150 г-64 ккал	150г-64 ккал
Обед	Борщ с картофелем(Свекольник)	150 г 65,85 ккал	200 г 87,8 ккал
	Котлета рублен.из птицы с молочным соусом	50/15 г 92,5 ккал	60\25 г 111 ккал
	Пюре картофельное	110г- 100,65 ккал	120г- 109,8 ккал
	Салат из квашен.капусты	30 г-25,23 ккал	50 г-42,05 ккал
	Хлеб пшеничный	30г-69 ккал	30г-69 ккал
	Хлеб ржано-пшеничный	20 г-34 ккал	30г-52ккал
	Кисель из плод.шипов.	150 г-84ккал	180г- 101ккал
Полдник	В.С.П. Бул. «Российская»	50г-165ккал	60г- 207,2ккал
	Какао с молоком	150г-89ккал	180г- 107ккал

Ежедневное меню на 19.03.2026 г.(9)

Прием пищи	Наименование блюда	1-3 лет вес блюда гр.	3-7 лет вес блюда гр.
Завтрак	Суп молоч.с макарон.изделиями	150г 115 ккал	200г 145 ккал
	Бутерброд с маслом	35 г-119 ккал	35г-119 ккал
	Чай с лимоном	150г-34ккал	180г-41ккал
Второй завтрак	Фрукты свеж. (Яблоко 1 шт)	100гр 44 ккал	100гр 44 ккал
Обед	Суп картофельный с бобовыми(горох)	150г- 80,85 ккал	200г- 107,8 ккал
	Рыба запечен.в сметан.соусе	60 г-65 ккал	80 г-89ккал
	Каша вязкая (рис)	110г- 110,95ккал	130г- 132,08ккал
	Салат из свеклы с огур.солен.	30 г-26.2 ккал	50 г- 43.67ккал
	Хлеб пшеничный	30г-69 ккал	30г-69 ккал
	Хлеб ржано-пшеничный	20 г-34 ккал	30г-52ккал
	Компот из сухофруктов	150 г-84ккал	180г-101ккал
Полдник	В.С.П.Булочка «Российская»	50г- 165 ккал	60--207,2 ккал
	Чай с сахаром.	150г-28ккал	180г40ккал

Ежедневное меню на 06.03.2026 г.(10)

Прием пищи	Наименование блюда	1-3 лет вес блюда гр.	3-7 лет вес блюда гр.
Завтрак	Каша молочная вязкая(овсяная)	150г 115 ккал	200г 153 ккал
	Бутерброд с маслом	35г-119 ккал	35г-119 ккал
	Чай с лимоном	150г-34ккал	180г-41ккал
Второй завтрак	Сок фруктовый	150 г-64ккакл	150г-64ккал
Обед	Суп картофельн.с макар.изд.	150г-62,85 ккал	200г-83,8ккал
	Птица тушенная в соусе с овощами	160 г - 104 ккал	200 г- 139 ккал
	Салат из соленых огурцов с луком	30 г- 20,20 ккал	50 г- 33,67 ккал
	Хлеб пшеничный	30г-69 ккал	30г-69 ккал
	Хлеб ржано-пшеничный	20 г-34 ккал	30г-52ккал
	Компот из свеж.плод.(ябл.)	150г- 72,91ккал	180г- 87,84ккал
	Омлет натуральный	65г- 138,16ккал	85г-157ккал
Полдник	О.П.С.Салат из свеклы	30г- 28,2ккал	30г- 28,2ккал
	Чай с сахаром	150г-28ккал	180г-40ккал
	Хлеб пшеничный	20г-34ккал	20г-34ккал
	Конд. Изд.	1 шт	1 шт