

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

Меню
На 30 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)	
<i>Завтрак</i>					
Батон, джем	25\10	28\13	65\29	79\43	
Суп молочный манн ый (молоко, крупа манная, сахар, масло)	150	200	95	126	
** каша вязкая гречневая на воде	130	180	102	129	
Чай с молоком (чай, молоко, сахар)	170	200	91	107	
<i>2-ой завтрак</i>					
Фрукты свежие	100	100	69	87	
<i>Обед</i>					
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, масло)	30	50	20	34	
Суп-пюре гороховый с гречками, зелень (картофель, лук, морковь, горох, масло, хлеб пш.)	150\10\2	200\16\2	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	
<i>Уплотненный полдник</i>					
Помидор свежий порционно	40	60	22	37	
Пудинг из минтая (минтай, хлеб пш., масло)	60	80	85	114	
Картофель отварной (картофель, масло)	120	140	110	119	
Булочка домашняя (мука, дрожжи, сахар, масло)	45	60	147	196	
Чай с лимоном	180	200	28	31	
Хлеб рж\пшеничный	12	15	23	29	

Рекомендации на ужин: блюда из овощей, сок фруктовый

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