



Меню на 03.04.2026 г.

Прием пищи	Наименование блюда	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет
День 20		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
	з я в т р я к	Каша гречневая	180	200	142,8	158,00	6,3	7,00	3,8	4,20	23,76
	Какао с молоком	150	180	101	121,00	2,9	3,87	2,61	3,48	17,18	22,90
	Батон 20/30 масло 6/9 сыр 7/10	33	49	115,52	171,58	3,44	5,03	6,99	10,33	10,34	15,52
	10-00 Сок	100		46		0,5	-	0	-	10,1	
	10-00 Напиток витошка		200		80,00						19,00
	Итого за завтрак:	363	429	359,32	450,58	12,64	15,9	13,4	18,01	51,28	64,82
	Итого за второй завтрак:	100	200	46	80	0,5	0	0	0	10,1	19
о б е д	Свекольник со смет	180	200	83	93,00	1,6	1,70	3,9	4,40	12,4	13,70
	Запеканка рыбно-рисовая	150	200	219	292,00	18,15	24,20	10,47	13,90	13,11	17,48
	Соус сметанный	20	30	18	26,00	0,2	0,40	1,5	2,20	0,9	1,30
	Хлеб крестьянский	25	30	59	70,80	1,92	2,31	0,24	0,29	11,98	14,37
	Хлеб Чусовской	30	37,5	67,5	84,37	2,16	2,70	0,39	0,48	13,35	16,68
	Салат морковь/кукуруза	50	60	52,11	62,53	0,77	0,93	3,58	4,30	4,16	4,99
	Напиток из шиповника	150	180	72,8	87,30	0,53	0,63	0,23	0,27	17,1	20,50
	Итого за обед:	605	737,5	571,41	716	25,33	32,87	20,31	25,84	73	89,02
п о л д н и к	Коржик	85	85	345,95	345,95	5,86	5,86	11,81	11,81	26,86	26,86
	Чай с молоком	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	8,42	10,10
	Итого за полдник:	235	265	391,95	400,95	6,91	7,12	12,87	13,09	35,28	36,96
	Итого за день:	1303	1631,5	1368,68	1647,53	45,38	55,89	46,58	56,94	169,66	209,8