



## МЕНЮ

28.07.2026 г.

2 день, 1 неделя

### ЗАВТРАК

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА               | НОРМА        |               | калорийность |
|----------------------------------|--------------|---------------|--------------|
|                                  | (до 3-х лет) | (от 3-х до 7) |              |
| Каша из овсяных хлопьев молочная | 160          | 190           | 160,88/191,5 |
| Масло сливочное                  | 5            | 5             | 33           |
| Сыр твердый                      | 10           | 10            | 36           |
| Чай с молоком                    | 150          | 180           | 74,16/89     |
| Хлеб пшеничный                   | 20           | 20            | 52           |
| 2-ой завтрак: Яблоки             | 100          | 100           | 68.2         |

### ОБЕД

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА          | НОРМА        |               | калорийность |
|-----------------------------|--------------|---------------|--------------|
|                             | (до 3-х лет) | (от 3-х до 7) |              |
| Суп картофельный с клецками | 180/18       | 180/18        | 92,9         |
| Фрикадельки рыбные отварные | 60           | 70            | 93,58/108,81 |
| Соус сметанный              | 20           | 20            | 14,82/37,5   |
| Макароны отварные с овощами | 120          | 130           | 124,38/135,2 |
| Огурцы свежие               | 20           | 40            | 3,0/6,0      |
| Компот из сухофруктов       | 150          | 180           | 84,41/101,7  |
| Хлеб пшеничный              | 30           | 30            | 78           |
| Хлеб ржаной                 | 30           | 30            | 78           |

### ПОЛДНИК

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА               | НОРМА        |               | калорийность |
|----------------------------------|--------------|---------------|--------------|
|                                  | (до 3-х лет) | (от 3-х до 7) |              |
| Яйцо отварное с икрой кабачковой | 1 шт./50     | 1 шт./50      | 140/45       |
| Хлеб пшеничный                   | 30           | 30            | 78           |
| Чай с сахаром                    | 159          | 180           | 33,2/40      |
| Печенье                          | 37           | 50            | 166,5        |