

**Ежедневное меню основного питания  
(День 1)  
Возрастная категория : Сад (3-7 лет)**

| <b>Прием пищи</b>                   | <b>Наименование блюда</b>         | <b>Все блюда</b> | <b>Энергетическая ценность</b> |
|-------------------------------------|-----------------------------------|------------------|--------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                      | <i>Каша молочная манная</i>       | <b>200</b>       | <b>159,84</b>                  |
|                                     | <i>Чай с сахаром</i>              | <b>200</b>       | <b>49,28</b>                   |
|                                     | <i>Бутерброд с маслом и сыром</i> | <b>45</b>        | <b>151,45</b>                  |
| <b>Итого за завтрак</b>             |                                   | <b>445</b>       | <b>360,57</b>                  |
| <b>II завтрак</b>                   | <i>Сок абрикосовый</i>            | <b>100</b>       | <b>90</b>                      |
| <b>Итого за II завтрак</b>          |                                   | <b>100</b>       | <b>90</b>                      |
| <b>Обед</b>                         | <i>Салат из свежих огурцов</i>    | <b>50</b>        | <b>56,98</b>                   |
|                                     | <i>Свекольник со сметаной</i>     | <b>200</b>       | <b>120,55</b>                  |
|                                     | <i>Тефтели мясные в соусе</i>     | <b>70</b>        | <b>131,03</b>                  |
|                                     | <i>Каша гречневая с маслом</i>    | <b>130</b>       | <b>129,99</b>                  |
|                                     | <i>Компот из свежих яблок</i>     | <b>180</b>       | <b>50,9</b>                    |
|                                     | <i>Хлеб пшеничный</i>             | <b>25</b>        | <b>58,07</b>                   |
|                                     | <i>Хлеб «Дарницкий»</i>           | <b>50</b>        | <b>83,2</b>                    |
| <b>Итого за обед</b>                |                                   | <b>705</b>       | <b>630,72</b>                  |
| <b>Уплотненный полдник</b>          | <i>Булочка «Веснушка»</i>         | <b>60</b>        | <b>88,36</b>                   |
|                                     | <i>Яйцо вареное</i>               | <b>40</b>        | <b>134,26</b>                  |
|                                     | <i>Овощи тушеные</i>              | <b>130</b>       | <b>127,03</b>                  |
|                                     | <i>Хлеб пшеничный</i>             | <b>25</b>        | <b>68,52</b>                   |
|                                     | <i>Компот из лимонов</i>          | <b>180</b>       | <b>67,8</b>                    |
|                                     | <i>Фрукт</i>                      | <b>100</b>       | <b>54,26</b>                   |
| <b>Итого за уплотненный полдник</b> |                                   | <b>535</b>       | <b>540,23</b>                  |
| <b>Итого за день:</b>               |                                   | <b>1785</b>      | <b>1621,52</b>                 |

**Ежедневное меню основного питания  
(День 1)  
Возрастная категория : Ясли ( 1-3 лет)**

| <b>Прием пищи</b>                   | <b>Наименование блюда</b>         | <b>Все блюда</b> | <b>Энергетическая<br/>ценность</b> |
|-------------------------------------|-----------------------------------|------------------|------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                      | <b>Каша молочная манная</b>       | <b>150</b>       | <b>126,5</b>                       |
|                                     | <b>Чай с сахаром</b>              | <b>170</b>       | <b>28,06</b>                       |
|                                     | <b>Бутерброд с маслом и сыром</b> | <b>30</b>        | <b>125,6</b>                       |
| <b>Итого за завтрак</b>             |                                   | <b>350</b>       | <b>280,16</b>                      |
| <b>II завтрак</b>                   | <b>Сок абрикосовый</b>            | <b>100</b>       | <b>70</b>                          |
| <b>Итого за II завтрак</b>          |                                   | <b>100</b>       | <b>70</b>                          |
| <b>Обед</b>                         | <b>Салат из свежих огурцов</b>    | <b>30</b>        | <b>35,2</b>                        |
|                                     | <b>Свекольник со сметаной</b>     | <b>150</b>       | <b>104,98</b>                      |
|                                     | <b>Тефтели мясные в соусе</b>     | <b>50</b>        | <b>108,53</b>                      |
|                                     | <b>Каша гречневая с маслом</b>    | <b>110</b>       | <b>98,52</b>                       |
|                                     | <b>Компот из свежих яблок</b>     | <b>150</b>       | <b>40,5</b>                        |
|                                     | <b>Хлеб пшеничный</b>             | <b>20</b>        | <b>52,1</b>                        |
|                                     | <b>Хлеб «Дарницкий»</b>           | <b>40</b>        | <b>51,23</b>                       |
| <b>Итого за обед</b>                |                                   | <b>550</b>       | <b>491,06</b>                      |
| <b>Уплотненный<br/>полдник</b>      | <b>Булочка «Веснушка»</b>         | <b>40</b>        | <b>88,36</b>                       |
|                                     | <b>Яйцо вареное</b>               | <b>40</b>        | <b>105,23</b>                      |
|                                     | <b>Овощи тушенные</b>             | <b>110</b>       | <b>95,02</b>                       |
|                                     | <b>Хлеб «Пшеничный»</b>           | <b>20</b>        | <b>43,65</b>                       |
|                                     | <b>Компот из лимонов</b>          | <b>150</b>       | <b>52,1</b>                        |
|                                     | <b>Фрукт</b>                      | <b>95</b>        | <b>35,55</b>                       |
| <b>Итого за уплотненный полдник</b> |                                   | <b>455</b>       | <b>419,91</b>                      |
| <b>Итого за день:</b>               |                                   | <b>1455</b>      | <b>1261,13</b>                     |