

# Меню

на 20.10.2025 год

| наименование                           | от 3 до 7 лет |          | от 1,5 до 3 лет |          |
|----------------------------------------|---------------|----------|-----------------|----------|
|                                        |               |          |                 |          |
|                                        | выход         | кал-ость | выход           | кал-ость |
| Завтрак                                |               |          |                 |          |
| Каша «Дружба»                          | 150           | 169,65   | 130             | 147,03   |
| Чай с сахаром                          | 180           | 21,6     | 150             | 18       |
| Хлеб пшеничный                         | 30            | 70,5     | 25              | 58,75    |
| Сыр                                    | 22            | 79,2     | 15              | 54,0     |
| Итого за завтрак                       |               | 340,95   |                 | 277,78   |
| Второй завтрак                         |               |          |                 |          |
| Сок                                    | 180           | 90,0     | 150             | 75       |
| Хлеб обогащенный                       | 30            | 69,0     | 25              | 57,5     |
| Итого за второй завтрак                |               | 159,0    |                 | 132,5    |
| Обед                                   |               |          |                 |          |
| Икра кабачковая                        | 50            | 59,5     | 30              | 35,7     |
| Суп с рыбными консервами               | 180           | 120,42   | 150             | 100,35   |
| Мясо тушёное с картофелем по-домашнему | 150           | 210,11   | 130             | 182,09   |
| Компот из сушёных фруктов              | 180           | 90,1     | 150             | 75,5     |
| Хлеб ржаной                            | 40            | 69,6     | 30              | 52,2     |
| Итого за обед                          |               | 549,73   |                 | 445,84   |
| Полдник                                |               |          |                 |          |
| Пирог с капустой (яйцом)               | 80            | 186,74   | 60              | 140,09   |
| Молоко кипячёное                       |               |          | 150             | 85,01    |
| Молоко витаминизированное              | 180           | 108      |                 |          |
| Итого за полдник                       |               | 294,74   |                 | 225,1    |
| Итого за день                          |               | 1344,42  |                 | 1081,22  |