

# Меню

На 18.03.2026 год

| наименование            | от 3 до 7 лет |          | от 1,5 до 3 лет |          |
|-------------------------|---------------|----------|-----------------|----------|
|                         | выход         | кал-ость | выход           | кал-ость |
| Завтрак                 |               |          |                 |          |
| Каша гречневая молочная | 150           | 154,5    | 130             | 133,9    |
| Какао с молоком         | 180           | 106,99   | 150             | 89,16    |
| Хлеб пшеничный          | 30            | 70,5     | 25              | 58,75    |
| Итого за завтрак        |               | 331,99   |                 | 281,81   |
| Второй завтрак          |               |          |                 |          |
| фрукт                   | 100           | 47,0     | 90              | 44,65    |
| Итого за второй завтрак |               | 47,0     |                 | 44,65    |
| Обед                    |               |          |                 |          |
| Горошек зелёный         | 50            | 36,0     | 30              | 21,6     |
| Свекольник со сметаной  | 180           | 89,3     | 150             | 75,4     |
| Овощи тушеные           | 130           | 109,2    | 130             | 92,4     |
| Котлета рыбная          | 70            | 74,2     |                 | 53,0     |
| Компот из кураги        | 180           | 60,21    | 150             | 44,7     |
| Хлеб ржаной             | 40            | 69,6     | 30              | 52,2     |
| Хлеб обогащенный        | 30            | 69,0     | 25              | 57,5     |
| Итого за обед           |               | 501,7    |                 | 396,8    |
| Полдник                 |               |          |                 |          |
| Сдоба обыкновенная      | 80            | 250,66   | 60              | 188,0    |
| Молоко кипячёное        | 180           | 102,01   | 150             | 85,01    |
| Итого за полдник        |               | 352,67   |                 | 273,01   |
| Итого за день           |               | 1233,36  |                 | 996,65   |