



## МЕНЮ НА 24.03.2025г.

|                      |                         | Объем порций  | Ккал                           |
|----------------------|-------------------------|---------------|--------------------------------|
| Завтрак              | 1.Каша ячневая молочная | 150-200г      | 1-3г-199.17<br>3-7г-206.43     |
|                      | 2.Хлеб (батон), масло,  | 20-30\5-8\10г | 1-3г-162.20<br>3-7г-188.20     |
|                      | 3.Чай сладкий           | 170-200г      | 1-3г-19.95<br>3-7г-39.42       |
| 2-й завтрак<br>10.00 | Сок                     | 100-100г      | 1-3г-43.0<br>3-7г-43.0         |
| Обед                 | 1.Салат витаминный      | 40-60г        | 1-3г - 20,63<br>3-7г - 22.57   |
|                      | 2.Борщ со сметаной      | 150-200г      | 1-3г - 172.41<br>3-7г - 240.96 |
|                      | 3.Каша гречневая        | 120-150г      | 1-3г - 139.80<br>3-7г - 176.63 |
|                      | 4.Котлета мясная        | 70-80г        | 1-3г - 122.07<br>3-7г - 152.40 |
|                      | 5.Соус                  | 20-30г        | 1-3г - 36,66<br>3-7г - 58.84   |
|                      | 5.Компот                | 150-200г      | 1-3г - 38.70<br>3-7г - 38.70   |
|                      | 6.Хлеб                  | 40-50г        | 1-3г - 94.73<br>3-7г - 118.41  |
| Полдник              | 1.Вафли                 | 50-60г        | 1-3г - 177.00<br>3-7г - 212.40 |
|                      | 2.Какао на молоке       | 150-200г      | 1-3г - 102.51<br>3-7г - 102.51 |
|                      | 3.Фрукт                 | 100-100г      | 1-3г - 47.0<br>3-7г - 47.0     |



## МЕНЮ НА 25.03.2025г.

|                      |                            | Объем порций | Ккал                           |
|----------------------|----------------------------|--------------|--------------------------------|
| Завтрак              | 1.Вермишель молочная       | 150-200г     | 1-3г-203.66<br>3-7г-210.92     |
|                      | 2.Хлеб (батон), масло, сыр | 20-30\5-8\10 | 1-3г-162.20<br>3-7г-188.20     |
|                      | 3.Чай сладкий              | 170-200      | 1-3г-39.42<br>3-7г-39.42       |
| 2-й завтрак<br>10.00 | Сок                        | 100-100г     | 1-3г-43.0<br>3-7г-43.0         |
|                      | 2.Суп с сайрой             | 150-200г     | 1-3г -168.35<br>3-7г - 200.71  |
|                      | 3. Картофельное пюре       | 120 - 150г   | 1-3г - 152.48<br>3-7г - 180.65 |
|                      | 4.Печень по-строгановски   | 70-80г       | 1-3г - 130.90<br>3-7г - 260,15 |
|                      | 5.Компот                   | 150-200г     | 1-3 - 38.70<br>3-7 - 38.70     |
|                      | 6.Хлеб                     | 40-50г       | 1-3 - 94.73<br>3-7 -118.41     |
|                      |                            |              |                                |
| Полдник              | 1.Сдоба                    | 100-150г     | 1-3г - 248.08<br>3-7г - 323.70 |
|                      | 3.чай сладкий              | 150-200г     | 1-3г-19.95<br>3-7г-39.42       |



Утверждаю



## МЕНЮ НА 26.03.2025г.

|                      |                            | Объем порций  | Ккал                           |
|----------------------|----------------------------|---------------|--------------------------------|
| Завтрак              | 1.Каша «геркулес» молочная | 150-200г      | 1-3г-205.41<br>3-7г-212.66     |
|                      | 2.Хлеб (батон), масло, сыр | 20-30\5-8\10г | 1-3г-162.20<br>3-7г-188.20     |
|                      | 3.Чай сладкий              | 170-200г      | 1-3г-39.42<br>3-7г-39.42       |
| 2-й завтрак<br>10.00 | Сок                        | 100-100г      | 1-3г-43.0<br>3-7г-43.0         |
| Обед                 | 1.Салат из свеклы          | 40-60г        | 1-3г -33.00<br>3-7г - 40.78    |
|                      | 2.Суп с вермишелью         | 150-200г      | 1-3г -185.20<br>3-7г - 225.82  |
|                      | 3.Плов                     | 150-180г      | 1-3г - 250.15<br>3-7г - 342.34 |
|                      | 4.Компот                   | 150-200г      | 1-3г - 38.70<br>3-7г - 38.70   |
|                      | 5.Хлеб                     | 40-50г        | 1-3г - 94.73<br>3-7г -118.41   |
| Полдник              | 1.Печенье                  | 50-60г        | 1-3г - 208.50<br>3-7г - 250.20 |
|                      | 2.Йогурт                   | 150-200г      | 1-3г - 84.77<br>3-7г - 113.02  |



## МЕНЮ НА 27.03.2025г.

|                      |                            | Объем порций  | Ккал                       |
|----------------------|----------------------------|---------------|----------------------------|
| Завтрак              | 1.Каша манная молочная     | 150-200г      | 1-3г-202.89<br>3-7г-210.14 |
|                      | 2.Хлеб (батон), масло, сыр | 20-30\5-8\10г | 1-3г-162.20<br>3-7г-188.20 |
|                      | 3.Чай сладкий              | 170-200г      | 1-3г-39.42<br>3-7г-39.42   |
| 2-й завтрак<br>10.00 | Сок                        | 100-100г      | 1-3г-43.0<br>3-7г-43.0     |
| Обед                 | 1.Нарезка овощная          | 40-60г        | 1-3г-2.52<br>3-7г-3.09     |
|                      | 2.Рассольник, сметана      | 150-200г      | 1-3г-192.17<br>3-7г-244.46 |
|                      | 3.Жаркое по-домашнему      | 150-180г      | 1-3г-240.82<br>3-7г-311.71 |
|                      | 4.Компот                   | 150-200г      | 1-3г-38.70<br>3-7г-38.70   |
|                      | 5.Хлеб                     | 40-50г        | 1-3г-94.73<br>3-7г-118.41  |
| Полдник              | 1.Запеканка творожная      | 100-150г      | 1-3г-248.08<br>3-7г-323.70 |
|                      | 2.Молоко сгущённое         | 20-30г        | 1-3г-61.11<br>3-7г-75.63   |
|                      | 2.Чай сладкий              | 150-200г      | 1-3г-39.30<br>3-7г-39.30   |



## МЕНЮ НА 28.03.2025г.

|                      |                            | Объем порций  | Ккал/г                     |
|----------------------|----------------------------|---------------|----------------------------|
| Завтрак              | 1.Каша пшеничная молочная  | 150-200г      | 1-3г-206,66<br>3-7г-213,92 |
|                      | 2.Хлеб (батон), масло, сыр | 20-30\5-8-10г | 1-3г-162,20<br>3-7г-188,20 |
|                      | 3.Чай сладкий              | 170-200г      | 1-3г-39,42<br>3-7г-39,42   |
| 2-й завтрак<br>10.00 | Сок                        | 100-100       | 1-3г-43,0<br>3-7г-43,0     |
| Обед                 | 1.Салат витаминный         | 40-60г        | 1-3г-40,78<br>3-7г-50,77   |
|                      | 2.Суп гороховый с гренками | 150-200г      | 1-3г-196,20<br>3-7г-236,82 |
|                      | 3.Рожки отварные           | 130-150г      | 1-3г-149,33<br>3-7г-188,89 |
|                      | 4.Рыба тушеная с овощами   | 70-80г        | 1-3г-75,69<br>3-7г-80,28   |
|                      | 5.Соус                     | 20-30г        | 1-3г-49,22<br>3-7г-67,56   |
|                      | 6.Компот                   | 150-200г      | 1-3-38,70<br>3-7-38,70     |
|                      | 7.Хлеб                     | 40-50г        | 1-3-94,73<br>3-7-118,41    |
| Полдник              | 1.Пряники                  | 70-90г        | 1-3г-256,20<br>3-7г-329,40 |
|                      | 2.Кофейный напиток         | 150-200г      | 1-3г-101,87<br>3-7г-104,35 |
|                      | 3.Фрукт(яблоко)            | 100-100г      | 1-3г-47<br>3-7г-47         |