

Категория: Детский сад от  
1года до3 лет



| Прием<br>пищи  | Наименовани<br>е блюда                     | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, |       |        | Энергетическа<br>я ценность | Витамин<br>С | № рецептуры |
|----------------|--------------------------------------------|----------------|-------------------|-------|--------|-----------------------------|--------------|-------------|
|                |                                            |                | Б                 | Ж     | У      |                             |              |             |
| 10.09.2026     |                                            |                |                   |       |        |                             |              |             |
| ЗАВТРАК        | Омлет<br>натуральный                       | 150            | 13,43             | 13,40 | 3,39   | 188,04                      | 0,75         | 307         |
|                | Бутерброд с<br>маслом                      | 40             | 0,82              | 1,33  | 4,94   | 35,12                       | 0            | 5,00        |
|                | Кофейный<br>напиток                        | 150            | 2,43              | 2,65  | 11,28  | 79,4                        | 0            | 514         |
| 2 ЗАВТРАК      | Морс<br>клюквенный                         | 150            | 0,1               | 0,04  | 8,71   | 34,72                       | 20           | 123         |
| ОБЕД           | Свежий<br>огурец                           | 20             | 0,66              | 0,12  | 2,28   | 13,3                        | 10,5         | 71          |
|                | Суп куриный<br>крестьянский<br>со сметаной | 150            | 3,12              | 4,26  | 11,45  | 89,44                       | 3,21         | 37 00       |
|                | Запеканка<br>рисовая с<br>курицей          | 60             | 10,30             | 9,84  | 2,74   | 140                         | 0            | 311 00      |
|                | Хлеб<br>пшеничный в/с                      | 50             | 3,8               | 0,4   | 24,6   | 117,5                       | 0            | 700         |
|                | Хлеб ржано-<br>пшеничный                   | 20             | 1,54              | 0,28  | 7,54   | 40,2                        | 0            | 701         |
|                | Компот из<br>смеси<br>сух/фруктов          | 150            | 0,31              | 0,06  | 15,72  | 64,17                       | 0,035        | 527         |
| Ужин           | Каша манная<br>молочная                    | 150            | 8,95              | 8,93  | 2,26   | 125,36                      | 0,00         | 307         |
|                | Чай с сахаром                              | 150            | 0,11              | 0,03  | 7,05   | 28,81                       | 0,45         | 136         |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: |                                            | 1090           | 45,6              | 41,34 | 101,96 | 955,96                      | 34,945       |             |

Категория: Детский сад от  
3-х до 7 лет



| Прием<br>пищи  | Наименование<br>блюда                      | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, г |       |       | Энергетическая | Витамин | № рецептуры |
|----------------|--------------------------------------------|----------------|---------------------|-------|-------|----------------|---------|-------------|
|                |                                            |                | Б                   | Ж     | У     |                |         |             |
| 10.09.2026     |                                            |                |                     |       |       |                |         |             |
| ЗАВТРАК        | Омлет<br>натуральный                       | 180            | 16,11               | 16,07 | 4,07  | 225,65         | 0,90    | 307         |
|                | Бутерброд с<br>маслом                      | 40             | 0,82                | 1,33  | 4,94  | 35,12          | 0       | 5,00        |
|                | Кофейный<br>напиток                        | 180            | 2,43                | 2,65  | 11,28 | 79,4           | 0       | 5,14        |
| 2 ЗАВТРАК      | морс<br>клюквенный                         | 180            | 0,1                 | 0,04  | 8,71  | 34,72          | 20      | 1,3         |
| ОБЕД           | Свежий огурец                              | 30             | 0,66                | 0,12  | 2,28  | 13,2           | 10,5    | 71          |
|                | Суп куриный<br>крестьянский<br>со сметаной | 180            | 7,69                | 10,42 | 7,27  | 154,37         | 22,716  | 37,00       |
|                | Запеканка<br>рисовая с<br>курицей          | 100            | 16,86               | 16,57 | 4,57  | 234,29         | 0       | 311,00      |
|                | Хлеб ржано-<br>пшеничный                   | 30             | 2,31                | 0,42  | 11,31 | 60,3           | 0       | 701         |
|                | Хлеб<br>пшеничный в/с                      | 70             | 5,32                | 0,56  | 34,44 | 164,5          | 0       | 700         |
|                | Компот из<br>смеси<br>сух/фруктов          | 200            | 0,42                | 0,08  | 20,96 | 85,56          | 85,56   | 527         |
| Ужин           | Каша манная<br>молочная                    | 180            | 10,74               | 10,72 | 2,71  | 150,43         | 63,36   | 307         |
|                | Чай с сахаром                              | 180            | 0,13                | 0,04  | 8,46  | 77,52          | 0,045   | 136         |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: |                                            | 1550           | 63,59               | 59,02 | 121   | 1315,06        | 203,081 |             |