

# Меню

| <b>27.08.2026</b>                        | <b>До 3-х лет</b>  |                               | <b>С 3 до 7 лет</b> |                               |
|------------------------------------------|--------------------|-------------------------------|---------------------|-------------------------------|
|                                          | <b>Вес,<br/>гр</b> | <b>Калорийность,<br/>ккал</b> | <b>Вес,<br/>гр</b>  | <b>Калорийность,<br/>ккал</b> |
| <b>Завтрак</b>                           |                    |                               |                     |                               |
| Чай с молоком                            | 180                | 39.83                         | 200                 | 44.21                         |
| Запеканка из творога с морковью          | 130                | 116.37                        | 180                 | 181.63                        |
| Бутерброд с маслом                       | 30                 | 90.66                         | 30                  | 90.66                         |
| Батон нарезной                           | 15                 | 37.64                         | 20                  | 48.90                         |
| <b>Итого за завтрак:</b>                 |                    | <b>284.50</b>                 |                     | <b>365.40</b>                 |
| <b>2-й завтрак</b>                       |                    |                               |                     |                               |
| Кефир                                    | 180                | 89.82                         | 180                 | 89.82                         |
| <b>Итого за 2-й завтрак:</b>             |                    | <b>89.82</b>                  |                     | <b>89.82</b>                  |
| <b>Обед</b>                              |                    |                               |                     |                               |
| Салат мозаика                            | 30                 | 37.61                         | 50                  | 62.81                         |
| Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 150                | 102.80                        | 180                 | 132.37                        |
| Гуляш                                    | 60                 | 128.45                        | 70                  | 159.51                        |
| Рагу из овощей                           | 110                | 117.77                        | 130                 | 158.97                        |
| Кисель яблочный                          | 150                | 51.34                         | 180                 | 61.61                         |
| Хлеб ржаной                              | 20                 | 33.08                         | 30                  | 49.62                         |
| <b>Итого за обед:</b>                    |                    | <b>471.06</b>                 |                     | <b>624.89</b>                 |
| <b>Уплотненный полдник</b>               |                    |                               |                     |                               |
| Салат из свеклы с черносливом            | 30                 | 16.62                         | 50                  | 27.76                         |
| Поджарка из свинины                      | 60                 | 80.10                         | 70                  | 115.78                        |
| Каша гречневая с луком                   | 110                | 87.62                         | 130                 | 127.39                        |
| Молоко кипяченое                         | 180                | 95.40                         | 200                 | 105.47                        |
| Булочка молочная                         | 60                 | 104.59                        | 60                  | 104.59                        |
| Батон нарезной                           | 15                 | 37.64                         | 20                  | 50.06                         |
| <b>Итого за уплотненный полдник:</b>     |                    | <b>402.17</b>                 |                     | <b>531.05</b>                 |

