

День: понедельник 27.04.2026

Сезон: зима - весна

Возрастная категория: от 1,6до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества на порцию | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|-------------------------------------|------------------|----------------------------|-------------------|--------------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Вода питьевая детская (на весь день), 300мл | | | | | | | |
| Завтрак | Каша манная молочная с маслом | 150/4-200/5 | 4,5-6,0 | 6,1-8,2 | 22,0-29,3 | 161-215 | 142 |
| | Бутерброд с маслом | 25/4-30/5 | 1,98-2,4 | 3,64-4,4 | 12,01-14,5 | 90-109 | 1 |
| | Чай с молоком сахаром | 180-200 | 1,26-1,4 | 1,44-1,6 | 14,22-15,8 | 72-80 | 394 |
| | | | | | | | |
| Итого за завтрак | | 363-440 | 7,74-9,8 | 11,2-14,2 | 48,23-59,6 | 323-404 | |
| Второй завтрак | Сок фруктовый для детского питания | 150 | 0,75 | 0 | 19,05 | 79,02 | пр |
| Итого за второй завтрак | | 150 | 0,75 | 0 | 19,05 | 79,02 | |
| Обед | Салат из свежей моркови | 40-60 | 0,4-0,6 | 1,8-2,7 | 5,8-8,7 | 40-60 | 41 |
| | Суп картофельный с макар. изделиями | 150-200 | 1,6-2,2 | 1,6-2,1 | 11,3-15,1 | 67-89 | 82 |
| | Фрикадельки из кур | 50/3-60/4 | 6,8-8,2 | 7,8-9,4 | 3,7-4,4 | 113-135 | 157 |
| | Греча рассыпчатая | 120/4-150/4 | 5,7-7,1 | 4,6-5,8 | 22,9-28,6 | 158-198 | 150 |
| | Хлеб | 40-60 | 3,16-4,74 | 0,4-0,6 | 19,32-28,98 | 95,2-142,8 | пр |
| | Компот из кураги | 180-200 | 0,8-1,0 | 0,04-0,05 | 18,5-22,6 | 75-91 | 215 |
| Итого за обед | | 587 -738 | 18,46-23,84 | 16,2-20,65 | 81,5-108,38 | 512-715 | |
| Полдник | Омлет натуральный | 60/4-75/5 | 5,3-6,63 | 8,7-10,87 | 0,9-0,11 | 103-128,8 | 152 |
| | Пряники | 15-20 | 0,83-1,11 | 0,62-0,83 | 10,24-13,65 | 47,81-63,75 | пр |
| | Хлеб | 25-30 | 1,98-2,37 | 0,25-0,3 | 12,08-14,5 | 59,5-71,4 | пр |
| | Молоко кипячённое | 180-200 | 5,22-5,8 | 5,85-6,5 | 8,1-9,0 | 104-116 | 175 |
| Итого за полдник | | 284-330 | 13,3-15,9 | 15,4-18,5 | 31,3-37,3 | 314,3-380,0 | |
| Итого за день | | 1384-1658 | 40,2-50,29 | 42,8-53,35 | 180,0-224,3 | 1228-1578 | |

День: вторник 28.04.2026

Сезон: зима - весна

Возрастная категория: от 1,6 до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества на порцию | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|----------------------------------|------------------|----------------------------|-------------------|--------------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Вода питьевая детская (на весь день), 300мл | | | | | | | |
| Завтрак | Каша рисовая молочная с маслом | 150/4-200/5 | 3,8-5,0 | 6,1-8,2 | 22,7-30,3 | 161-215 | 311 |
| | Бутерброд с маслом | 25/4-30/5 | 1,98-2,4 | 3,64-4,4 | 12,01-14,5 | 90-109 | 1 |
| | Кофейный напиток на молоке | 180-200 | 2,7-3,0 | 2,79-3,1 | 16,1-17,9 | 98-109 | 197 |
| | | | | | | | |
| Итого за завтрак | | 363-440 | 8,5-10,4 | 12,53-15,7 | 50,81-62,7 | 349-433 | |
| Второй завтрак | Фрукты (яблоко) | 80-100 | 1,2 -1,5 | 0,4-0,5 | 16,8-21,0 | 72,72-90,9 | пр |
| Итого за второй завтрак | | 80-100 | 1,2-1,5 | 0,4-0,5 | 16,8-21,0 | 72,72-90,9 | |
| Обед | Салат из свеклы с растит. маслом | 40-60 | 0,5-0,8 | 3,0-4,4 | 2,4-3,6 | 38-57 | 64 |
| | Суп картофельный с бобовыми | 150-200 | 4,0-5,4 | 2,5-3,3 | 11,7-15,6 | 86-115 | 139 |
| | Тефтели из говядины | 70/20-80/30 | 8,6-10,2 | 12,2-14,5 | 9,8-11,9 | 183-219 | 78 |
| | Макаронные изделия отварные | 120-150 | 4,5-5,5 | 3,8-4,6 | 27,9-32,9 | 166-198 | 44 |
| | Хлеб | 40-60 | 3,16-4,74 | 0,4-0,6 | 19,32-28,98 | 95,2-142,8 | пр |
| | Компот из сухофруктов | 180-200 | 0,8-0,9 | 0,05-0,05 | 29,94-26,6 | 95-105 | 205 |
| Итого за обед | | 620-780 | 21,56-27,54 | 21,95-27,4 | 101,0-119,5 | 663,2-836,8 | |
| Полдник | Булочка с повидлом | 80-100 | 4,7-5,9 | 2,3-3,1 | 43,5-54,6 | 213-265 | 746 |
| | Молоко кипячённое | 180-200 | 5,22-5,8 | 5,85-6,5 | 8,1-9,0 | 104-116 | 193 |
| | | | | | | | |
| Итого за полдник | | 260-300 | 9,92-11,7 | 8,15-9,6 | 51,6-63,6 | 317-381 | |
| Итого за день | | 1323-1620 | 41,18-51,14 | 43,03-53,2 | 220,2-266,8 | 1401-1741 | |

День: среда 29.04.2026

Сезон: зима-весна

Возрастная категория: от 2 до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества на порцию | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|------------------------------------|------------------|----------------------------|-------------------|---------------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Вода питьевая детская (на весь день), 300мл | | | | | | | |
| Завтрак | Каша геркулес молочная с маслом | 150/4-200/5 | 5,0-6,7 | 7,4-9,8 | 20,3-27,1 | 167-223 | 130 |
| | Бутерброд с маслом | 25/5-30/5 | 2,06-2,4 | 3,8-4,4 | 12,43-14,5 | 93,43-109 | 1 |
| | Какао с молоком сахаром | 180-200 | 3,2-3,6 | 3,2-3,6 | 16,47-18,3 | 105-117 | 693 |
| | | | | | | | |
| Итого за завтрак | | 364-440 | 10,26-12,7 | 14,4-17,8 | 49,2-59,9 | 365-449 | |
| Второй завтрак | Сок фруктовый для детского питания | 150 | 0,75 | 0 | 19,05 | 79,02 | пр |
| Итого за второй завтрак | | 150 | 0,75 | 0 | 19,05 | 79,02 | |
| Обед | Салат из свежей капусты | 40-60 | 0,8-1,2 | 1,8-2,7 | 3,7-5,5 | 34-51 | 43 |
| | Свекольник | 150-200 | 1,4-1,9 | 3,4-4,5 | 9,1-12,1 | 72-96 | 28 |
| | Плов рисовый с курой | 120- 150 | 11,6-18,6 | 13,26-22,1 | 23,58-39,3 | 259,8-341 | 492 |
| | Хлеб | 40-60 | 3,16-4,74 | 0,4-0,6 | 19,32-28,98 | 95,2-142,8 | пр |
| | Кисель плодово- ягодный | 180-200 | 0,0 | 0,0 | 29,94-26,6 | 95-105 | 205 |
| | | | | | | | |
| Итого за обед | | 530- 670 | 16,9-26,44 | 18,86-29,9 | 87,64-112,48 | 556-735 | |
| Полдник | Палочки творожные | 70-80 | 19,3-22,0 | 14,0-16,0 | 24,2-27,7 | 302-345 | 94 |
| | Чай с сахаром | 180-200 | 0,0-0,0 | 0,0-0,0 | 12,7-13,3 | 49-51 | 194 |
| | | | | | | | |
| Итого за полдник | | 250-280 | 19,3-22,0 | 14,0-16,0 | 36,9-41,0 | 351-396 | |
| Итого за день | | 1294-1540 | 47,21-61,89 | 47,26-63,7 | 192,8-232,4 | 1351-1659 | |

День: четверг 30.04.2026

Сезон: зима-весна

Возрастная категория: от 2 до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества на порцию | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|------------------------------------|------------------|----------------------------|-------------------|--------------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Вода питьевая детская (на весь день), 300мл | | | | | | | |
| Завтрак | Суп молочный с рисом | 150-200 | 2,6-3,5 | 3,3-4,4 | 10,9-14,5 | 83-111 | 161 |
| | Бутерброд с маслом | 25/4-30/5 | 1,98-2,4 | 3,64-4,4 | 12,01-14,5 | 90-109 | 1 |
| | Кофейный напиток на молоке | 180-200 | 2,7-3,0 | 2,79-3,1 | 16,1-17,9 | 98-109 | 197 |
| | | | | | | | |
| Итого за завтрак | | 359-435 | 7,28-8,9 | 9,73-11,9 | 39,01-46,9 | 271-329 | |
| Второй завтрак | Сок фруктовый для детского питания | 150 | 0,75 | 0 | 19,05 | 79,02 | пр |
| Итого за второй завтрак | | 150 | 0,75 | 0 | 19,05 | 79,02 | |
| Обед | Салат из свеклы с солёным огурцом | 40-60 | 0,5 -0,7 | 3,5-5,3 | 2,0-3,7 | 41-65 | 21 |
| | Суп крестьянский с крупой | 150/5-200/5 | 1,4-1,9 | 3,7-4,6 | 7,0-9,3 | 67-86 | 134 |
| | Биточки рыбные | 50- 75 | 7,4-11,2 | 5,7-8,5 | 6,4-9,7 | 107-161 | 388 |
| | Пюре картофельное | 120-150 | 2,8-3,5 | 3,8-4,8 | 11,8-14,7 | 94-117 | 520 |
| | Компот из изюма | 180-200 | 2,16-2,4 | 0,09-0,1 | 36,99-41,4 | 154-171 | 639 |
| | Хлеб | 40-60 | 3,16-4,74 | 0,4-0,6 | 19,32-28,98 | 95,2-142,8 | пр |
| Итого за обед | | 585-750 | 17,42-24,44 | 17,19-23,9 | 83,5-107,78 | 558-742,8 | |
| Полдник | Манник | 50-80 | 6,9-11,4 | 3,79-6,06 | 29,4-47,04 | 163,5-261,92 | 187 |
| | Чай с сахаром | 180-200 | 0,0-0,0 | 0,0-0,0 | 12,7-13,3 | 49-51 | 194 |
| | | | | | | | |
| Итого за полдник | | 230-280 | 6,9-11,4 | 3,79-6,06 | 42,1-60,34 | 212-312 | |
| Итого за день | | 1324-1615 | 32,35-45,49 | 30,71-41,8 | 183,6-234,0 | 1120-1462 | |