

**31.03.2026**

**Меню приготавливаемых блюд**

**День 7, неделя 2**

**Возрастная категория 1-3/3-7 лет**

<b>Завтрак</b>						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Каша вязкая молочная пшленно-рисовая со сливочным маслом	150/5	200/6	7 день	119,03	159,56
2.	Кофейный напиток с молоком	150	200	7 день	36,48	48,64
3.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/6	33/7	7 день	92,91	121,3
<b>Итого за завтрак</b>		<b>341</b>	<b>446</b>		<b>248,42</b>	<b>329,5</b>
<b>Второй завтрак</b>						
	Йогурт	<b>100</b>	<b>133</b>	7 день	<b>57</b>	<b>63</b>
<b>Обед</b>						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Суп вермишелевый на курином бульоне	150	200	7 день	122,06	162,74
2.	Гуляш куриный, гречка	40/120	50/150	7 день	187,23	233,52
4.	Компот из сухофруктов	150	200	7 день	57,81	77,08
5.	Хлеб ржаной	40	50	7 день	77,33	102,46
<b>Итого за обед</b>		<b>500</b>	<b>650</b>		<b>444,43</b>	<b>575,8</b>
<b>Полдник, совмещенный с ужином</b>						
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд	
		Ясли	Сад		Ясли	Сад
1.	Рыбное соте	90	100	7 день	130,5	145
2.	Икра кабачковая	30	48	7 день	27	34,2
3.	Чай сладкий	150	200	7 день	87,14	116,18
4.	Хлеб пшеничный	30	31	7 день	86,89	115,85
<b>Итого за полдник</b>		<b>300</b>	<b>379</b>		<b>331,53</b>	<b>411,23</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1241</b>	<b>1608</b>		<b>1024,38</b>	<b>1316,53</b>