

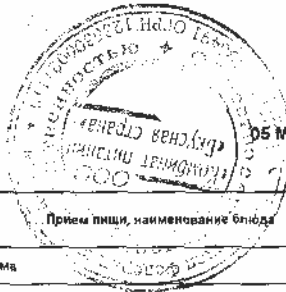
МЕНЮ
03 МАРТА 2025 г.
Сад

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Сезон: осень-зима | | | | | | | |
| Стоимость: 179 рублей | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША "ДРУЖБА" | 200 | 6,2 | 10,0 | 26,7 | 223,4 | 190 | 2008 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 7 | 0,0 | 5,8 | 0,1 | 52,4 | | 2012 |
| БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | | 2008 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,2 | 0,1 | 13,5 | 54,0 | 430 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 417 | 8,7 | 16,8 | 55,7 | 408,4 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,9 | 43,0 | 442 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,9 | 43,0 | | |
| Обед | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,8 | 2,4 | 4,4 | 43,3 | | 2012 |
| СУП КУРИНЫЙ | 180 | 2,3 | 4,0 | 11,5 | 91,2 | 86 | 2012 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ | 130 | 3,9 | 4,4 | 17,7 | 125,2 | 414 | 2012 |
| ГУЛЯШ МЯСНОЙ | 80 | 12,6 | 12,7 | 2,5 | 174,4 | 259 | 2008 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | 0,0 | 0,0 | 14,0 | 55,8 | 376 | 2012 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,2 | 0,3 | 13,9 | 66,7 | | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 670 | 23,3 | 23,9 | 73,7 | 602,6 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| БУЛОЧКА С ВИШНЕЙ | 50 | 2,6 | 3,6 | 23,4 | 121,8 | 437 | |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,5 | 0,3 | 27,3 | 115,8 | 372 | 2012 |
| Итого за прием пищи: | 250 | 3,1 | 3,9 | 50,7 | 237,6 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ОВОЩНОЕ РАГУ | 200 | 17,0 | 21,7 | 17,3 | 334,5 | 309 | 2008 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180/15/5 | 0,3 | 0,1 | 13,2 | 53,9 | 431 | 2008 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,4 | 0,2 | 9,2 | 44,5 | | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 450 | 20,9 | 22,2 | 54,3 | 501,8 | | |
| Всего за день: | | 56,4 | 66,9 | 244,4 | 1793,6 | | |



МЕНЮ
04 МАРТА 2025 г.
Сад

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Сезон: осень-зима | | | | | | | |
| Стоимость: 179 рублей | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 5,9 | 8,0 | 26,7 | 202,6 | 189 | 2008 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,0 | 4,1 | 0,0 | 37,4 | | 2012 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,2 | 2,9 | 0,0 | 35,3 | | 2012 |
| БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | | 2008 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,6 | 3,0 | 15,0 | 101,9 | 397 | 2012 |
| Итого за прием пищи: | 425 | 14,0 | 18,9 | 57,1 | 455,8 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | | |
| Обед | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 50 | 0,6 | 0,0 | 5,6 | 26,0 | 41 | 2012 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | 3,6 | 5,9 | 6,4 | 94,5 | 67 | 2012 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 9,7 | 12,8 | 33,3 | 288,0 | 304 | 2012 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,2 | 0,3 | 13,9 | 66,7 | | 2008 |
| КОМПОТ ИЗ ЯГОД | 180 | 0,3 | 0,1 | 19,4 | 81,1 | 375 | 2012 |
| Итого за прием пищи: | 660 | 17,9 | 19,2 | 88,3 | 602,3 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| ПЕЧЕНЬЕ С ПОВИДЛОМ | 50 | 5,1 | 6,5 | 60,3 | 321,2 | | 2008 |
| РЯЖЕНКА | 200 | 6,0 | 2,0 | 6,4 | 79,8 | 435 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 250 | 11,1 | 8,5 | 66,7 | 401,0 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 150 | 20,5 | 14,3 | 19,7 | 294,6 | 237 | 2012 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 50 | 0,9 | 2,4 | 6,7 | 52,8 | 351 | 2012 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,4 | 0,2 | 9,2 | 44,5 | | 2008 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 12,8 | 51,3 | 430 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 450 | 25,2 | 17,2 | 63,0 | 512,1 | | |
| Всего за день: | | 68,6 | 64,2 | 286,9 | 2 018,2 | | |



МЕНЮ

05 МАРТА 2025 г.

Сад

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Сезон: осень-зима | | | | | | | |
| Стоимость: 179 рублей | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 7,2 | 8,9 | 31,5 | 236,1 | 189 | 2008 |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 20 | 2,4 | 2,2 | 0,1 | 30,3 | 213 | 2012 |
| БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | | 2008 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,2 | 0,1 | 13,5 | 54,0 | 430 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 430 | 12,1 | 12,1 | 60,5 | 399,0 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 100 | 0,3 | 0,0 | 16,0 | 66,0 | 321 | |
| Итого за прием пищи: | 100 | 0,3 | 0,0 | 16,0 | 66,0 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ | 50 | 0,6 | 2,6 | 3,6 | 40,8 | 63 | 2012 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ПТИЦЫ | 180 | 6,2 | 3,4 | 12,7 | 107,5 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 4,9 | 0,6 | 31,1 | 149,2 | 204 | 2012 |
| КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ | 70 | 19,5 | 14,9 | 17,8 | 282,4 | 314 | 2008 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | 0,0 | 0,0 | 14,0 | 55,8 | 376 | 2012 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,2 | 0,3 | 13,9 | 66,7 | | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 680 | 34,9 | 21,9 | 102,8 | 748,4 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| ПРЯНИКИ | 50 | 3,0 | 2,4 | 37,5 | 183,0 | | 2008 |
| КИСЕЛЬ | 200 | 0,1 | 0,1 | 27,8 | 112,7 | 411 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 250 | 3,1 | 2,5 | 65,3 | 295,7 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,8 | 10,3 | 18,8 | 178,9 | 321 | 2012 |
| ФРИКАДЕЛКИ РЫБНЫЕ | 80 | 5,4 | 6,9 | 2,7 | 92,6 | 264 | 2012 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,4 | 0,2 | 9,2 | 44,5 | | 2008 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 59,9 | 430 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 460 | 12,0 | 17,7 | 60,1 | 444,8 | | |
| Всего за день: | | 62,4 | 54,2 | 304,7 | 1 953,9 | | |

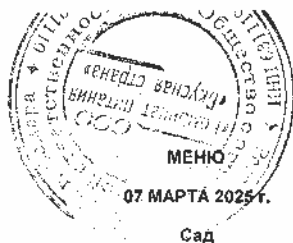


МЕНЮ

06 МАРТА 2025 г.

Сад

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|----------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Сезон: осень-зима | | | | | | | |
| Стоимость: 179 рублей | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 150 | 14,2 | 14,4 | 2,5 | 197,2 | 223 | 2012 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 | | 2012 |
| БАТОН | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | | 2008 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 3,1 | 2,4 | 17,2 | 103,5 | 395 | 2012 |
| Итого за прием пищи: | 400 | 20,4 | 26,3 | 40,4 | 480,3 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 50 | 0,8 | 3,0 | 4,1 | 46,4 | 45 | 2012 |
| РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ | 180 | 4,0 | 6,0 | 10,5 | 112,4 | 75 | 2012 |
| РИС ОТВАРНОЙ | 130 | 3,1 | 5,3 | 33,3 | 192,7 | 315 | 2012 |
| ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 80 | 6,9 | 7,1 | 3,3 | 107,3 | 302 | 2012 |
| КОМПОТ ИЗ ЯГОД | 180 | 0,3 | 0,1 | 19,4 | 81,1 | 375 | 2012 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,2 | 0,3 | 13,9 | 66,7 | | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 670 | 18,8 | 21,9 | 94,2 | 652,6 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4,0 | 4,1 | 28,4 | 167,3 | 467 | 2012 |
| РЯЖЕНКА | 200 | 6,0 | 2,0 | 8,4 | 79,8 | 435 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 250 | 10,0 | 6,1 | 36,8 | 247,1 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ПТИЦЕЙ | 210 | 12,3 | 15,6 | 22,2 | 281,0 | 132 | 2012 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150/15/5 | 0,3 | 0,1 | 13,2 | 53,9 | 431 | 2008 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,4 | 0,2 | 9,2 | 44,5 | | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 480 | 15,5 | 16,0 | 54,3 | 425,4 | | |
| Всего за день: | | 65,1 | 70,7 | 235,5 | 1 852,4 | | |



| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Сезон: осень-зима | | | | | | | |
| Стоимость: 179 рублей | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ | 200 | 6,3 | 8,7 | 27,7 | 215,3 | 413 | 2012 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 7 | 0,0 | 5,8 | 0,1 | 52,4 | | 2012 |
| БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | | 2008 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,2 | 0,1 | 13,5 | 54,0 | 430 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 417 | 8,8 | 15,5 | 56,7 | 400,3 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,9 | 43,0 | 442 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,9 | 43,0 | | |
| Обед | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ | 50 | 0,8 | 4,9 | 3,7 | 61,8 | 39 | 2008 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | 3,8 | 5,7 | 8,8 | 102,8 | 57 | 2012 |
| ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ | 130 | 14,6 | 7,3 | 30,4 | 245,2 | 20 | |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ | 80 | 12,0 | 13,0 | 6,4 | 190,5 | 288 | 2012 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,5 | 0,1 | 28,5 | 117,9 | 402 | 2008 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 48,0 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,2 | 0,3 | 13,9 | 66,7 | | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 670 | 35,4 | 31,4 | 101,4 | 830,9 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| ПЛЮШКА "МОСКОВСКАЯ" | 50 | 3,8 | 2,0 | 24,9 | 132,0 | 485 | 2012 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,5 | 0,3 | 27,3 | 116,8 | 372 | 2012 |
| Итого за прием пищи: | 250 | 4,3 | 2,3 | 52,2 | 247,8 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ | 150 | 18,3 | 15,1 | 26,2 | 319,5 | 236 | 2012 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 50 | 0,9 | 2,4 | 6,7 | 52,8 | 351 | 2012 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,4 | 0,2 | 9,2 | 44,5 | | 2008 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 13,9 | 55,6 | 430 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 450 | 23,0 | 18,0 | 70,6 | 541,3 | | |
| Всего за день: | | 72,0 | 67,3 | 290,9 | 2 063,3 | | |