|  |
| --- |
| **Меню на 22 апреля 2024 (понедельник)** |
|  | **ясли** | **сад** |
| Вес порции, г | Калорийность, ккал | Вес порции, г | Калорийность, ккал |
| **Завтрак** |
| Каша овсяная молочная жидкаяКофейный напиток с молокомБутерброд с маслом | 150/318020/5 | 17210875 | 180/318020/5 | 20610975 |
|  **2 Завтрак** |
| Фрукты свежие (яблоки) | 90 | 41 | 100 | 46 |
| Сок фруктовый | 200 | 89 | 200 | 83 |
| **Обед:** |
| Салат «Школьный»Борщ с картофелем, капустой, мясомКотлеты с соусомКартофель тушёныйМакароны отварные с овощамиНапиток апельсиновыйХлеб «Целебный»Батон | 50150/1560/201001802020 | 57107195133503640 | 60200/2070/301501802020 | 67145217200503640 |
| **Полдник** |
| Ряженка/простоквашаПеченье | 16515 | 8663 | 18025 | 95104 |
| **Ужин** |
| Рыба, запечённая с морковьКапуста тушёнаяЧай с сахаром, лимономБатонХлеб «Целебный» | 1001201801020 | 14090342036 | 1001501801520 | 140113343036 |
|  |  | **1572** |  | **1825** |

|  |
| --- |
| **Меню на 23 апреля 2024 (вторник)** |
|  | **ясли** | **сад** |
| Вес порции, г | Калорийность, ккал | Вес порции, г | Калорийность, ккал |
| **Завтрак** |
| Запеканка из творога с морковью и молоком сгущённымБутерброд с масломКакао на молоке сгущённом | 120/2020/5180 | 30175126 | 140/2520/5180 | 35675126 |
|  **2 Завтрак** |
| Сок фруктовый | 200 | 89 | 200 | 83 |
| Фрукты свежие (апельсин) | 70 | 32 | 70 | 32 |
| **Обед** |
| Винегрет овощнойСуп овощной с мясомКнели рыбные, припущенные с соусомКаша гречневая рассыпчатаяКомпот из смеси сухофруктовХлеб ржаной "Целебный"Батон | 50150/1570/201001802010 | 30113108119393620 | 60200/2075/201301803010 | 35149116185395420 |
| **Полдник** |
| РяженкаПеченье | 16020 | 8171 | 17525 | 8889 |
| **Ужин** |
| Запеканка картофельная с овощами/соус сметанныйЧай с сахаромБатонХлеб «Целебный» | 120/201802020 | 184324036 | 180/401802020 | 276324036 |
|  |  | **1531** |  | **1831** |

|  |
| --- |
| **Меню на 24 апреля 2024 (среда)** |
|  | **ясли** | **сад** |
| Вес порции, г | Калорийность, ккал | Вес порции, г | Калорийность, ккал |
| **Завтрак** |
| Каша молочная «Дружба»Бутерброд с сыромКофейный напиток на молоке | 150/220/5180 | 174,374,1107,2 | 180/330/10180 | 213,493,5107,2 |
|  **2 Завтрак** |
| Фрукты свежие (банан) | 80 | 75 | 80 | 75 |
| **Обед** |
| Салат «Здоровье»Рассольник ленинградский с мясом курКотлеты рубленные из птицы с соусомКартофельное пюреКисель из курагиХлеб «Целебный»Батон | 50150/1570/301201802010 | 44,34110,8193,2116,965,138,724,6 | 60200/2070/301301803010 | 53,3136,6193,212771,965824,6 |
| **Полдник** |
| РяженкаБулочка Творожная | 16550 | 84,1158 | 18050 | 91,7158 |
| **Ужин** |
| Котлеты рыбные с соусомКапуста тушёнаяЧай с лимоном и сахаромБатонХлеб «Целебный» | 50/201201802020 | 103,987,630,649,138,7 | 75/301501802030 | 157,6109,530,649,158 |
|  |  | **1576,2** |  | **1808,8** |

|  |
| --- |
| **Меню на 25 апреля 2024 (четверг)** |
|  | **ясли** | **сад** |
| Вес порции, г | Калорийность, ккал | Вес порции, г | Калорийность, ккал |
| **Завтрак** |
| Каша пшённая молочная жидкаяБутерброд с маслом Кофейный напиток на молоке | 150/220/5180 | 182,486,583,4 | 180/320/5180 | 223,286,583,4 |
|  **2 Завтрак** |
| Фрукты свежие (яблоко) | 70 | 33,3 | 100 | 47,6 |
| **Обед:** |
| Салат из свеклы с солеными огурцамиСуп картофельный с бобовыми, гренками, мясомТефтели из говядиныОвощное пюреКомпот из апельсиновКисельХлеб «Целебный»Батон | 50150/10/1580/2012018040 | 59,4168,1162,988,94677,4 | 60200/1580/201502004010 | 71,3168,4238,2111,2108,377,424,6 |
| **Полдник** |
| КефирПирожки печёные с яблоками | 16550 | 80,95133 | 18070 | 88,3185,2 |
| **Ужин** |
| Сырники из творога с молоком сгущённымЧай с сахаромБатон | 80/1018010 | 23328,424,6 | 130/2018010 | 391,228,424,6 |
|  |  | **1488.3** |  | **1957,8** |

|  |
| --- |
| **Меню на 26 апреля 2024 (пятница)** |
|  | **ясли** | **сад** |
| Вес порции, г | Калорийность, ккал | Вес порции, г | Калорийность, ккал |
| **Завтрак** |
| Каша пшеничная молочная жидкаяБутерброд с масломЧай с молоком сгущённым | 150/220/5180 | 181,586,5156,4 | 180/320/5180 | 222,286,5156,4 |
|  **2 Завтрак** |
| Сок фруктовый | 200 | 86,5 | 200 | 86,5 |
| Фрукты свежие | 90 | 42,9 | 100 | 47,6 |
| **Обед** |
| Икра морковнаяСуп крестьянский с крупой Запеканка капустная с мясомКомпот из смеси сухофруктовХлеб «Целебный»Батон | 501501801804020 | 59,478,5309,373,477,449,1 | 602001801805040 | 71,3107309,380,896,798,9 |
| **Полдник** |
| РяженкаПеченье  | 16515 | 80,9551,7 | 18025 | 88,386,1 |
| **Ужин** |
| Запеканка овощная с соусомТоматы в с/сЧай с сахаромБатонХлеб «Целебный» | 150/205018020 | 174,9710,728,449,1 | 180/20601802020 | 210,812,828,449,138,7 |
|  |  | **1596,7** |  | **1877,4** |

|  |
| --- |
| **Меню на 27 апреля 2024 (суббота)** |
|  | **ясли** | **сад** |
| Вес порции, г | Калорийность, ккал | Вес порции, г | Калорийность, ккал |
| **Завтрак** |
| Суп молочный с крупой рисКофейный напиток на молокеБутерброд с маслом , сыром | 15018030/5/5 | 98112112 | 25018030/5/10 | 141113130 |
|  **2 Завтрак** |
| Фрукты свежие  | 90 | 42 | 100 | 47 |
| **Обед:** |
| Салат «Здоровье»Борщ с картофелем, капустой, мясомЩи из свежей капусты с мясом (аллергики)Запеканка картофельная с мясомКомпот из смеси сухофруктовХлеб «Целебный»Батон | 50150/15150/15180/301802020 | 419797396393640 | 60200/20180/301802020 | 67129396393640 |
| **Полдник** |
| КефирБулочка молочная | 15550 | 82141 | 18060 | 95169 |
| **Ужин** |
| Фрикадельки рыбныеМясо отварное (аллергики)Макароны отварные с овощамиЧай с сахаром, лимономХлеб «Целебный»Батон | 505012018020 | 651251613436 | 701501802020 | 89201343640 |
|  |  | **1532** |  | **1800** |