

27.05.2026 (3-7 лет, 1ср)

Основная (3-7 лет)

код	Наименование блюда	эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
105	Каша рисовая жидкая	Калорийность-102, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-15
180	Чай с сахаром	Калорийность-227, Углеводы-60
40	Батон	Калорийность-97, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
10	Масло (порциями)	Калорийность-66, Жиры-7
Итого за Завтрак1		
<u>Завтрак2</u>		
100	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	Калорийность-47, Углеводы-10
Итого за Завтрак2		
<u>Обед</u>		
57	Салат из свежих огурцов	Калорийность-38, Жиры-3, Углеводы-1
204	Суп рыбный	Калорийность-87, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-14
80/50	Фрикадельки мясные в соусе	Калорийность-215, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-11
151	Каша гречневая вязкая	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-23
180	Компот из свежих плодов	Калорийность-86, Углеводы-22
42	Хлеб пшеничный	Калорийность-99, Белки-3, Углеводы-20
21	Хлеб ржаной	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед		
<u>Полдник</u>		
69	Салат из белокочанной капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6
97	Кнегли куриные с рисом (3-7)	Калорийность-301, Белки-17, Жиры-23, Углеводы-7
180	Чай с лимоном	Калорийность-31, Углеводы-8
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10
Итого за Полдник		
Итого за день		

27.05.2026 (1,5-3 года, 1ср)

Основная (1,5-3 года)

код	Наименование блюда	эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
149	Каша рисовая жидкая	Калорийность-74, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11
150/7	Чай с сахаром	Калорийность-198, Углеводы-52
20	Батон	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-11
5	Масло (порциями)	Калорийность-33, Жиры-4
Итого за Завтрак1		
<u>Завтрак2</u>		
80	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	Калорийность-38, Углеводы-8
Итого за Завтрак2		
<u>Обед</u>		
47	Салат из свежих огурцов	Калорийность-32, Жиры-3, Углеводы-1
183	Суп рыбный	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12
60/50	Фрикадельки мясные в соусе	Калорийность-182, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-9
131	Каша гречневая вязкая	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20
150	Компот из свежих плодов	Калорийность-72, Углеводы-18
32	Хлеб пшеничный	Калорийность-75, Белки-3, Углеводы-15
21	Хлеб ржаной	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед		
<u>Полдник</u>		
69	Салат из белокочанной капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6
74	Кнегли куриные с рисом (1-3)	Калорийность-232, Белки-12, Жиры-18, Углеводы-5
160	Чай с лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10
Итого за Полдник		
Итого за день		