

**Меню для детей 3-7 лет на 7 Июля 2025 г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>10,5 часовое пребывание</b>						
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>						
Завтрак	Каша рисовая молочная, жидкая	200	2,17	3,92	29,09	192
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91
	Батон нарезной	37	2,45	0,85	16,74	85,76
<b>Итого за завтрак</b>		<b>417</b>	<b>7,47</b>	<b>7,18</b>	<b>60,19</b>	<b>368,76</b>
Второй завтрак						
<b>Итого за второй завтрак</b>						
Обед	Суп овощной со сметаной	200	4,71	4,36	22,43	168,2
	Жаркое подомашнему	200	7,5	5,3	14,66	297
	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79
	Хлеб ржаной	24	1,2	0,2	8,86	37,8
	Хлеб пшеничный	24	1,22	0,42	8,37	42,88
<b>Итого за обед</b>		<b>628</b>	<b>15,24</b>	<b>10,53</b>	<b>72,99</b>	<b>624,88</b>
Полдник	Блинчики с повидлом	100/27	5,19	2,76	51,96	253
	Лимонный напиток	180	0,44	0,02	27,76	114
<b>Итого за полдник</b>		<b>307</b>	<b>5,63</b>	<b>2,78</b>	<b>79,72</b>	<b>367</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1352</b>	<b>28,34</b>	<b>20,49</b>	<b>212,90</b>	<b>1360,64</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ НА 1 РЕБЕНКА</b>						<b>168,98</b>

**Меню для детей 1-3 лет на 7 Июля 2025 г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>10,5 часовое пребывание</b>							
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша рисовая молочная, жидкая	150	1,64	3,84	21,83	141,55	
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70	
	Батон нарезной	30	1,84	0,64	12,55	64,32	
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>330</b>	<b>5,82</b>	<b>6,48</b>	<b>45,01</b>	<b>275,87</b>
Второй завтрак							
<b>Итого за второй завтрак</b>							
Обед	Суп овощной со сметаной	150	2,76	6,7	17,06	154	
	Жаркое подомашнему	150	5,63	3,98	11	215,42	
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	61	
	Хлеб ржаной	15	0,9	0,15	6,64	24,12	
	Хлеб пшеничный	15	0,92	0,32	6,27	32,16	
	<b>Итого за обед</b>		<b>480</b>	<b>10,72</b>	<b>11,36</b>	<b>55,20</b>	<b>486,70</b>
	Полдник	Блинчики с повидлом	50/20	3,99	2,1	40,4	196,5
Лимонный напиток		150	0,33	0,015	20,82	85,5	
<b>Итого за полдник</b>		<b>220</b>	<b>4,32</b>	<b>2,115</b>	<b>61,22</b>	<b>282</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1030</b>	<b>20,86</b>	<b>19,955</b>	<b>161,43</b>	<b>1044,57</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ НА 1 РЕБЕНКА</b>						<b>121,95</b>	