

День недели	Дата	Меню	Порция ребенка до 3 лет	Порция ребенка от 3 лет	Энергетическая ценность (ккал)	
					1-3	3-7
ПОНЕДЕЛЬНИК	01.12.2025	<b>Завтрак</b>				
		Каша пшеничная молочная жидккая	150 гр.	180 гр.	169	202
		Чай с сахаром	180 гр.	200 гр.	6	29
		Сыр твердых сортов в нарезке	7 гр.	10 гр.	25	36
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
			<b>362 гр.</b>	<b>420 гр.</b>	<b>278</b>	<b>337</b>
		<b>Второй завтрак</b>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		<b>Обед</b>				
		Салат из белокочанной капусты с морковью	30 гр.	50 гр.	41	68
		Суп крестьянский с крупой (крупа рисовая)	150 гр.	180 гр.	164	196
		Каша гречневая рассыпчатая	110 гр.	130 гр.	185	219
		Сердце в соусе	60 гр.	80 гр.	101	135
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб ржано-пшеничный	35 гр.	50 гр.	68	98
			<b>535 гр.</b>	<b>670 гр.</b>	<b>626</b>	<b>800</b>
		<b>Полдник</b>				
		Чай без сахара	150 гр.	180 гр.	1	1
		Печенье	50 гр.	70 гр.	226	316
			<b>200 гр.</b>	<b>250 гр.</b>	<b>227</b>	<b>317</b>
		<b>Ужин</b>				
		Вареники ленивые	130 гр.	150 гр.	248	329
		Соус молочный сладкий	30 гр.	40 гр.	35	46
		Чай без сахара	150 гр.	180 гр.	1	1
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			<b>405 гр.</b>	<b>470 гр.</b>	<b>326</b>	<b>420</b>
ВТОРНИК	02.12.2025	<b>Завтрак</b>				
		Каша жидкая молочная рисовая	150 гр.	180 гр.	151	182
		Чай с молоком и сахаром	180 гр.	200 гр.	50	55
		Батон нарезной	30 гр.	35 гр.	79	92
			<b>360 гр.</b>	<b>415 гр.</b>	<b>280</b>	<b>329</b>
		<b>Второй завтрак</b>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		<b>Обед</b>				
		Рубленные яйца с маслом и луком	30 гр.	50 гр.	54	89
		Суп с рыбными консервами (сайра)	150 гр.	180 гр.	108	130
		Капуста белокочанная тушеная	110 гр.	130 гр.	206	244
		Рулет из говядины паровой	50 гр.	70 гр.	109	153
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб ржано-пшеничный	35 гр.	50 гр.	68	98
			<b>525 гр.</b>	<b>660 гр.</b>	<b>612</b>	<b>798</b>
		<b>Полдник</b>				
		Кисель из концентрата плодового или ягодного	150 гр.	180 гр.	69	83
		Булочка российская	50 гр.	70 гр.	163	229
			<b>200 гр.</b>	<b>250 гр.</b>	<b>232</b>	<b>312</b>
		<b>Ужин</b>				
		Суп гороховый	150 гр.	180 гр.	156	188
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	21	26

		Гренки из пшеничного хлеба	20 гр.	30 гр.	47	70
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			<b>415 гр.</b>	<b>490 гр.</b>	<b>266</b>	<b>328</b>
СРЕДА	03.12.2025	<b>Завтрак</b>				
		Каша овсяная жидкая	150 гр.	180 гр.	167	200
		Кофейный напиток с молоком	180 гр.	200 гр.	78	87
		Масло сливочное (порциями)	5 гр.	5 гр.	33	33
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
			<b>360 гр.</b>	<b>415 гр.</b>	<b>337</b>	<b>390</b>
		<b>Второй завтрак</b>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		<b>Обед</b>				
		Салат «Студенческий»	30 гр.	50 гр.	34	62
		Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150 гр.	180 гр.	75	90
		Плов из отварной птицы	170 гр.	200 гр.	258	321
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	94	141
			<b>540 гр.</b>	<b>670 гр.</b>	<b>525</b>	<b>698</b>
		<b>Полдник</b>				
		Кефир 2,5%	150 гр.	180 гр.	75	90
		Пряник	50 гр.	70 гр.	226	316
			<b>200 гр.</b>	<b>250 гр.</b>	<b>301</b>	<b>406</b>
		<b>Ужин</b>				
		Омлет натуральный	130 гр.	150 гр.	203	234
		Чай с лимоном и сахаром	150 гр.	180 гр.	23	28
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	59	78
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			<b>405 гр.</b>	<b>470 гр.</b>	<b>327</b>	<b>384</b>
ЧЕТВЕРГ	04.12.2025	<b>Завтрак</b>				
		Каша жидккая молочная манная	150 гр.	180 гр.	144	172
		Какао с молоком	180 гр.	200 гр.	80	89
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
		Сыр твердых сортов	7 гр.	10 гр.	25	36
			<b>362 гр.</b>	<b>420 гр.</b>	<b>308</b>	<b>367</b>
		<b>Второй завтрак</b>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		<b>Обед</b>				
		Салат из капусты белокочанной и свеклы	30 гр.	50 гр.	26	43
		Рассольник «Ленинградский»	150 гр.	180 гр.	128	154
		Пюре из гороха с маслом	110 гр.	130 гр.	162	192
		Кнели из птицы с рисом	50 гр.	70 гр.	94	146
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	94	141
			<b>530 гр.</b>	<b>670 гр.</b>	<b>571</b>	<b>760</b>
		<b>Полдник</b>				
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	21	26
		Ватрушка творожная	50 гр.	70 гр.	147	197
			<b>200 гр.</b>	<b>250 гр.</b>	<b>168</b>	<b>223</b>
		<b>Ужин</b>				
		Плов вегетарианский с сухофруктами	155 гр.	170 гр.	247	270
		Чай без сахара	150 гр.	180 гр.	1	1
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			<b>400 гр.</b>	<b>450 гр.</b>	<b>290</b>	<b>315</b>
ПЯТНИЦА	05.12.2025	<b>Завтрак</b>				
		Суп молочный с макаронными изделиями	150 гр.	180 гр.	109	131

		Кофейный напиток с молоком	180 гр.	200 гр.	78	87
		Сыр твердых сортов в нарезке	7 гр.	10 гр.	25	36
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
			<b>362 гр.</b>	<b>420 гр.</b>	<b>271</b>	<b>324</b>
	<b><u>Второй завтрак</u></b>					
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
	<b><u>Обед</u></b>					
		Икра свекольная	30 гр.	50 гр.	43	72
		Суп фасолевый	150 гр.	180 гр.	98	118
		Картофельное пюре	110 гр.	130 гр.	103	122
		Котлеты или биточки рыбные	50 гр.	70 гр.	67	95
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	94	141
			<b>530 гр.</b>	<b>670 гр.</b>	<b>472</b>	<b>632</b>
	<b><u>Полдник</u></b>					
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	21	26
		Сушка простая	50 гр.	70 гр.	226	316
			<b>200 гр.</b>	<b>250 гр.</b>	<b>247</b>	<b>342</b>
	<b><u>Ужин</u></b>					
		Пудинг из творога с яблоками	130 гр.	150 гр.	232	267
		Соус молочный сладкий	30 гр.	40 гр.	35	46
		Чай с молоком и сахаром	150 гр.	180 гр.	41	50
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			<b>405 гр.</b>	<b>450 гр.</b>	<b>350</b>	<b>407</b>
ПОНЕДЕЛЬНИК	08.12.2025	<b><u>Завтрак</u></b>				
		Каша вязкая молочная пшеничная	150 гр.	180 гр.	188	234
		Чай с сахаром	180 гр.	200 гр.	26	29
		Сыр твердых сортов в нарезке	7 гр.	10 гр.	25	36
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
			<b>362 гр.</b>	<b>420 гр.</b>	<b>298</b>	<b>369</b>
	<b><u>Второй завтрак</u></b>					
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
	<b><u>Обед</u></b>					
		Салат из белокочанной капусты с морковью	30 гр.	50 гр.	41	68
		Суп гороховый	150 гр.	180 гр.	156	188
		Каша гречневая рассыпчатая	110 гр.	130 гр.	185	219
		Азу	60 гр.	70 гр.	134	157
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб ржано-пшеничный	35 гр.	50 гр.	68	98
			<b>535 гр.</b>	<b>660 гр.</b>	<b>651</b>	<b>814</b>
	<b><u>Полдник</u></b>					
		Кисель из концентрата плодового или ягодного	150 гр.	180 гр.	69	83
		Булка ванильная	50 гр.	70 гр.	165	230
			<b>200 гр.</b>	<b>250 гр.</b>	<b>234</b>	<b>313</b>
	<b><u>Ужин</u></b>					
		Макароны отварные с овощами	125 гр.	130 гр.	178	180
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	59	78
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	21	26
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			<b>400 гр.</b>	<b>450 гр.</b>	<b>300</b>	<b>328</b>
ВТОРНИК	09.12.2025	<b><u>Завтрак</u></b>				
		Каша жидкая молочная рисовая	150 гр.	180 гр.	151	182
		Чай с молоком и сахаром	180 гр.	200 гр.	50	55
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
			<b>355 гр.</b>	<b>415 гр.</b>	<b>253</b>	<b>340</b>

		<b><u>Второй завтрак</u></b>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		<b><u>Обед</u></b>				
		Икра морковная	30 гр.	50 гр.	39	66
		Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	150 гр.	180 гр.	74	88
		Пюре картофельное с морковью	110 гр.	130 гр.	103	122
		Кнели рыбные припущенные	50 гр.	70 гр.	45	63
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	94	141
			<b>530 гр.</b>	<b>670 гр.</b>	<b>422</b>	<b>564</b>
		<b><u>Полдник</u></b>				
		Молоко кипяченое	150 гр.	180 гр.	80	96
		Творожник песочный	50 гр.	70 гр.	197	277
			<b>200 гр.</b>	<b>250 гр.</b>	<b>277</b>	<b>373</b>
		<b><u>Ужин</u></b>				
		Драчёна	130 гр.	150 гр.	213	245
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	21	26
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	59	78
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			<b>405 гр.</b>	<b>470 гр.</b>	<b>335</b>	<b>393</b>
СРЕДА	10.12.2025	<b><u>Завтрак</u></b>				
		Каша пшенная молочная жидккая	150 гр.	180 гр.	169	202
		Кофейный напиток с молоком	180 гр.	200 гр.	78	87
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
		Масло сливочное (порциями)	5 гр.	5 гр.	33	333
			<b>360 гр.</b>	<b>415 гр.</b>	<b>339</b>	<b>65</b>
		<b><u>Второй завтрак</u></b>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		<b><u>Обед</u></b>				
		Рубленные яйца с маслом и луком	30 гр.	50 гр.	54	89
		Свекольник	150 гр.	180 гр.	59	71
		Жаркое по-домашнему из курицы	170 гр.	200 гр.	255	301
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	94	141
			<b>540 гр.</b>	<b>670 гр.</b>	<b>529</b>	<b>686</b>
		<b><u>Полдник</u></b>				
		Чай без сахара	150 гр.	180 гр.	1	1
		Печенье	50 гр.	70 гр.	226	316
			<b>200 гр.</b>	<b>250 гр.</b>	<b>227</b>	<b>317</b>
		<b><u>Ужин</u></b>				
		Запеканка из творога	130 гр.	150 гр.	280	324
		Соус молочный сладкий	30 гр.	40 гр.	35	46
		Чай без сахара	150 гр.	180 гр.	1	1
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			<b>405 гр.</b>	<b>470 гр.</b>	<b>358</b>	<b>415</b>
ЧЕТВЕРГ	11.12.2025	<b><u>Завтрак</u></b>				
		Каша жидккая молочная манная	150 гр.	180 гр.	144	172
		Какао с молоком	180 гр.	200 гр.	80	89
		Сыр твердых сортов в нарезке	7 гр.	10 гр.	25	36
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
			<b>362 гр.</b>	<b>420 гр.</b>	<b>308</b>	<b>367</b>
		<b><u>Второй завтрак</u></b>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65

		<b>Обед</b>				
		Салат картофельный с кукурузой	30 гр.	50 гр.	29	48
		Суп картофельный с клецками	150 гр.	180 гр.	62	125
		Макароны отварные	110 гр.	130 гр.	142	168
		Котлеты, рубленые из птицы	50 гр.	70 гр.	127	177
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	94	141
			<b>530 гр.</b>	<b>670 гр.</b>	<b>521</b>	<b>743</b>
		<b>Полдник</b>				
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	21	26
		Сушка простая	50 гр.	70 гр.	226	316
			<b>200 гр.</b>	<b>250 гр.</b>	<b>247</b>	<b>342</b>
		<b>Ужин</b>				
		Винегрет с растительным маслом	85 гр.	90 гр.	130	138
		Яйцо вареное	40 гр.	40 гр.	63	63
		Чай с лимоном и сахаром	150 гр.	180 гр.	23	28
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	59	78
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			<b>400 гр.</b>	<b>450 гр.</b>	<b>317</b>	<b>351</b>
ПЯТНИЦА	13.12.2025	<b>Завтрак</b>				
		Каша «Дружба»	150 гр.	180 гр.	139	167
		Кофейный напиток с молоком	180 гр.	200 гр.	11	87
		Масло сливочное (порциями)	5 гр.	5 гр.	33	33
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
			<b>360 гр.</b>	<b>415 гр.</b>	<b>309</b>	<b>357</b>
		<b>Второй завтрак</b>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		<b>Обед</b>				
		Салат из свеклы с сыром	30 гр.	50 гр.	33	56
		Суп фасолевый	150 гр.	180 гр.	98	118
		Рис припущеный	110 гр.	130 гр.	148	175
		Рулет из рыбы	50 гр.	70 гр.	84	118
		Соус томатный	30 гр.	40 гр.	22	29
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	94	141
			<b>560 гр.</b>	<b>710 гр.</b>	<b>546</b>	<b>721</b>
		<b>Полдник</b>				
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	21	26
		Шанежка наливная	50 гр.	70 гр.	123	173
			<b>200 гр.</b>	<b>250 гр.</b>	<b>144</b>	<b>199</b>
		<b>Ужин</b>				
		Картофель, тушеный с луком и томатом	125 гр.	130 гр.	128	133
		Чай с молоком и сахаром	150 гр.	180 гр.	41	50
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	59	78
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			<b>400 гр.</b>	<b>450 гр.</b>	<b>270</b>	<b>305</b>