

День недели	Дата	Меню	Порция ребенка до 3 лет	Порция ребенка от 3 лет	Энергетическая ценность (ккал)	
					1-3	3-7
ПОНЕДЕЛЬНИК	25.08.2025	Завтрак				
		Каша ячневая вязкая	150 гр.	180 гр.	148,7	178,5
		Чай с сахаром	180 гр.	200 гр.	23,5	26,1
		Сыр твердых сортов в нарезке	7 гр.	10 гр.	25,1	35,8
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	58,6	70,3
			362 гр.	420 гр.	255,9	310,7
		Второй завтрак				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	49	58,8
		Обед				
		Салат из белокочанной капусты с морковью	30 гр.	50 гр.	40,8	67,9
		Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	150 гр.	180 гр.	87,7	105,2
		Макароны отварные	110 гр.	130 гр.	144,3	170,6
		Сердце в соусе	60 гр.	70 гр.	102,8	119,9
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	60,7	72,9
		Хлеб ржано-пшеничный	35 гр.	50 гр.	68,5	97,8
			535 гр.	660 гр.	504,8	634,3
		Полдник				
		Чай без сахара	150 гр.	180 гр.	0,5	0,6
		Печенье	50 гр.	70 гр.	207,9	291,1
			200 гр.	250 гр.	208,4	291,7
		Ужин				
		Вареники ленивые	130 гр.	150 гр.	237,3	273,8
		Соус молочный сладкий	30 гр.	40 гр.	32,4	43,2
		Чай без сахара	150 гр.	180 гр.	0,5	0,6
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42,2	44,4
			405 гр.	470 гр.	312,4	362
ВТОРНИК	26.08.2025	Завтрак				
		Каша жидкая молочная рисовая	150 гр.	180 гр.	138,4	166,1
		Чай с молоком и сахаром	180 гр.	200 гр.	45,2	50,2
		Батон нарезной	30 гр.	35 гр.	78,5	91,6
			360 гр.	415 гр.	262,1	307,9
		Второй завтрак				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	49	58,8
		Обед				
		Рубленые яйца с маслом и луком	30 гр.	50 гр.	47,8	79,6
		Суп с рыбными консервами (сайра)	150 гр.	180 гр.	101	121,1
		Капуста белокочанная тушеная	110 гр.	130 гр.	207,5	245,2
		Рулет из говядины паровой	50 гр.	70 гр.	111,6	156,2
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	60,7	72,9
		Хлеб ржано-пшеничный	35 гр.	50 гр.	68,5	97,8
			525 гр.	660 гр.	597,1	772,8
		Полдник				
		Кисель из концентрата плодового или ягодного	150 гр.	180 гр.	62,9	75,5
		Булочка российская	50 гр.	70 гр.	159,5	223,2
			200 гр.	250 гр.	222,4	298,7
		Ужин				
		Суп гороховый	150 гр.	180 гр.	99,9	119,8

		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	19,6	23,5
		Гренки из пшеничного хлеба	20 гр.	30 гр.	42,8	64,2
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42,2	44,4
			415 гр.	490 гр.	204,5	251,9
СРЕДА	27.08.2025	<u>Завтрак</u>				
		Каша вязкая из хлопьев овсяных «Геркулес»	150 гр.	180 гр.	197,3	236,7
		Кофейный напиток с молоком	180 гр.	200 гр.	70,7	78,6
		Масло сливочное (порциями)	5 гр.	5 гр.	33	33
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	58,6	70,3
			360 гр.	415 гр.	359,6	418,6
		<u>Второй завтрак</u>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	49	58,8
		<u>Обед</u>				
		Огурец в нарезке	30 гр.	50 гр.	4,2	7,1
		Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150 гр.	180 гр.	82,8	99,4
		Плов с курицей	170 гр.	200 гр.	267,4	314,6
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	60,7	72,9
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	93,8	140,6
			540 гр.	670 гр.	508,9	634,6
		<u>Полдник</u>				
		Кефир 2,5%	150 гр.	180 гр.	75,2	90,2
		Пряник	50 гр.	70 гр.	183	256,1
			200 гр.	250 гр.	258,2	346,3
		<u>Ужин</u>				
		Омлет с сыром	130 гр.	150 гр.	273,7	315,8
		Чай с лимоном и сахаром	150 гр.	180 гр.	20,4	24,5
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	58,7	44,4
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42,2	78,2
			405 гр.	470 гр.	395	462,9
ЧЕТВЕРГ	28.08.2025	<u>Завтрак</u>				
		Каша вязкая молочная пшеничная	150 гр.	180 гр.	206,2	247,4
		Какао с молоком	180 гр.	200 гр.	72,9	81
		Батон нарезной	30 гр.	35 гр.	78,5	91,6
			360 гр.	415 гр.	357,6	420
		<u>Второй завтрак</u>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	49	58,8
		<u>Обед</u>				
		Салат из капусты белокочанной и свеклы	30 гр.	50 гр.	25,5	42,5
		Рассольник «Ленинградский»	150 гр.	180 гр.	94,2	113
		Пюре из гороха с маслом	110 гр.	130 гр.	163,4	193,1
		Кнели из птицы с рисом	50 гр.	70 гр.	93,9	131,5
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	60,7	72,9
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	93,8	140,6
			530 гр.	670 гр.	531,5	693,6
		<u>Полдник</u>				
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	19,6	23,5
		Ватрушка творожная	50 гр.	70 гр.	185,7	259,9
			200 гр.	250 гр.	205,3	283,4
		<u>Ужин</u>				
		Плов вегетарианский с сухофруктами	155 гр.	170 гр.	254,5	279,1
		Чай без сахара	150 гр.	180 гр.	0,5	0,6
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42,2	44,4
			400 гр.	450 гр.	297,2	324,1

ПЯТНИЦА	29.08.2025	<u>Завтрак</u>				
		Суп молочный с макаронными изделиями	150 гр.	180 гр.	100,7	120,8
		Кофейный напиток с молоком	180 гр.	200 гр.	70,7	78,6
		Сыр твердых сортов в нарезке	7 гр.	10 гр.	25,1	35,8
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	58,6	70,3
			362 гр.	420 гр.	255,1	305,5
		<u>Второй завтрак</u>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	49	58,8
		<u>Обед</u>				
		Помидор в нарезке	30 гр.	50 гр.	6,4	10,7
		Щи из свежей капусты вегетарианские	150 гр.	180 гр.	15	18
		Картофельное пюре	110 гр.	130 гр.	102,2	120,8
		Котлеты или биточки рыбные	50 гр.	70 гр.	72,3	101,2
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	60,7	72,9
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	93,8	140,6
			530 гр.	670 гр.	350,4	464,2
		<u>Полдник</u>				
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	19,6	23,5
		Сушка простая	50 гр.	70 гр.	165,3	231,4
			200 гр.	250 гр.	184,9	254,9
		<u>Ужин</u>				
		Пудинг из творога с яблоками	130 гр.	130 гр.	217	217
		Соус молочный сладкий	30 гр.	40 гр.	32,4	43,2
		Чай без сахара	150 гр.	180 гр.	0,5	0,6
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42,2	44,4
			405 гр.	450 гр.	292,1	305,2
ПОНЕДЕЛЬНИК	01.09.2025	<u>Завтрак</u>				
		Каша вязкая молочная пшеничная	150 гр.	180 гр.	202,7	243,2
		Чай с сахаром	180 гр.	200 гр.	23,5	26,1
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	58,6	70,3
			355 гр.	410 гр.	284,8	339,6
		<u>Второй завтрак</u>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	49	58,8
		<u>Обед</u>				
		Салат из белокочанной капусты с морковью	30 гр.	50 гр.	40,8	67,9
		Суп гороховый	150 гр.	180 гр.	99,9	119,8
		Каша гречневая рассыпчатая	110 гр.	130 гр.	171,4	202,5
		Азу	60 гр.	70 гр.	125,5	146,4
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	60,7	72,9
		Хлеб ржано-пшеничный	35 гр.	50 гр.	68,5	97,8
			535 гр.	670 гр.	566,8	707,3
		<u>Полдник</u>				
		Кисель из концентрата плодового или ягодного	150 гр.	180 гр.	62,9	75,5
		Булка ванильная	50 гр.	70 гр.	147,4	206,4
			200 гр.	250 гр.	210,3	281,9
		<u>Ужин</u>				
		Сырники	130 гр.	150 гр.	277,3	320,0
		Соус молочный сладкий	30 гр.	40 гр.	32,4	43,2
		Чай без сахара	150 гр.	180 гр.	0,5	0,6
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42,2	44,4
			405 гр.	470 гр.	352,4	408,2
ВТОРНИК	02.09.2025	<u>Завтрак</u>				
		Каша жидкая молочная рисовая	150 гр.	180 гр.	138,4	166,1

		Чай с молоком и сахаром	180 гр.	200 гр.	45,2	50,2
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	58,6	70,3
			355 гр.	410 гр.	242,2	286,6
		<u>Второй завтрак</u>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	49	58,8
		<u>Обед</u>				
		Огурец в нарезке	30 гр.	50 гр.	4,2	7,1
		Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	150 гр.	180 гр.	54,8	65,7
		Пюре картофельное с морковью	110 гр.	130 гр.	83,4	98,6
		Кнели рыбные припущенные	50 гр.	70 гр.	46,4	65
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	60,7	72,9
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	93,8	140,6
			530 гр.	670 гр.	343,3	449,9
		<u>Полдник</u>				
		Молоко кипяченое	150 гр.	180 гр.	109,5	146
		Творожник песочный	50 гр.	70 гр.	162,6	227,6
			200 гр.	250 гр.	272,1	373,6
		<u>Ужин</u>				
		Драчёна	130 гр.	150 гр.	205,8	237,5
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	19,6	23,5
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	58,7	78,2
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42,2	44,4
			405 гр.	470 гр.	326,3	383,6
СРЕДА	03.09.2025	<u>Завтрак</u>				
		Каша вязкая молочная пшеничная	150 гр.	180 гр.	206,2	247,4
		Кофейный напиток с молоком	180 гр.	200 гр.	70,7	78,6
		Батон нарезной	30 гр.	35 гр.	78,5	91,6
			360 гр.	415 гр.	355,4	417,6
		<u>Второй завтрак</u>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	49	58,8
		<u>Обед</u>				
		Помидор в нарезке	30 гр.	50 гр.	6,4	10,7
		Свекольник	150 гр.	180 гр.	54,4	65,3
		Жаркое по-домашнему из курицы	170 гр.	200 гр.	191,8	225,6
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	60,7	72,9
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	93,8	140,6
			540 гр.	670 гр.	407,1	515,1
		<u>Полдник</u>				
		Чай без сахара	150 гр.	180 гр.	0,5	0,6
		Печенье	50 гр.	70 гр.	207,9	291,1
			200 гр.	250 гр.	208,4	291,7
		<u>Ужин</u>				
		Макароны отварные с овощами	125 гр.	130 гр.	150,6	156,6
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	19,6	23,5
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	58,7	78,2
		Фрукты	95 гр.	100 гр.	42,2	44,4
			405 гр.	470 гр.	271,1	302,7
ЧЕТВЕРГ	04.09.2025	<u>Завтрак</u>				
		Каша жидкая молочная манная	150 гр.	180 гр.	130,7	156,8
		Какао с молоком	180 гр.	200 гр.	72,9	81
		Масло сливочное (порциями)	5 гр.	5 гр.	33	33
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	58,6	70,3
			360 гр.	415 гр.	295,2	341,1

		<u>Второй завтрак</u>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	49	58,8
		<u>Обед</u>				
		Икра морковная	30 гр.	50 гр.	34	56,6
		Суп картофельный с клецками	150 гр.	180 гр.	70,2	84,2
		Каша ячневая рассыпчатая	110 гр.	130 гр.	125,3	148,1
		Котлеты, биточки или шницели из птицы припущенные	50 гр.	70 гр.	145,1	203,2
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	60,7	72,9
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	93,8	140,6
			530 гр.	670 гр.	529,1	705,6
		<u>Полдник</u>				
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	19,6	23,5
		Сушка простая	50 гр.	70 гр.	165,3	231,4
			200 гр.	250 гр.	184,9	254,9
		<u>Ужин</u>				
		Винегрет с растительным маслом	85 гр.	90 гр.	95,1	100,7
		Яйцо вареное	40 гр.	40 гр.	56,6	56,6
		Чай с лимоном и сахаром	150 гр.	180 гр.	20,4	24,5
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	58,7	78,2
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42,2	44,4
			400 гр.	450 гр.	273	304,4
ПЯТНИЦА	05.09.2025	<u>Завтрак</u>				
		Каша «Дружба»	150 гр.	180 гр.	126,7	152
		Кофейный напиток с молоком	180 гр.	200 гр.	70,7	78,6
		Сыр твёрдых сортов в нарезке	7 гр.	10 гр.	25,1	35,8
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	58,6	70,3
			362 гр.	420 гр.	281,1	336,7
		<u>Второй завтрак</u>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	49	58,8
		<u>Обед</u>				
		Салат из свеклы с сыром	30 гр.	50 гр.	31,8	53
		Щи из свежей капусты вегетарианские	150 гр.	180 гр.	15	18
		Рис припущенный	110 гр.	130 гр.	144,3	170,6
		Рулет из рыбы	50 гр.	70 гр.	81,9	114,6
		Соус томатный	30 гр.	40 гр.	17,8	23,8
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	60,7	72,9
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	93,8	140,6
			560 гр.	710 гр.	445,3	575,6
		<u>Полдник</u>				
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	19,6	23,5
		Шанежка наливная	50 гр.	70 гр.	128,9	180,4
			200 гр.	250 гр.	156,6	203,9
		<u>Ужин</u>				
		Картофель, тушеный с луком и томатом	125 гр.	130 гр.	133,7	139,1
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	19,6	23,5
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42,2	44,4
			370 гр.	410 гр.	195,5	207