



Утверждено  
**М Е Н О**  
 на «21» января 2026 г.

от 1,5 до 3-х лет



Эпилова З.

	вых. блюдо	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	№ рецептуры	
		Б	Ж	У			
Завтрак	Суп овсяный	110	4,67	6,67	35,21	114,37	236/5
	молочный						
	Хлеб пшеничный	30	2,8	0,4	16,9	74,76	878
Обед	Суп картофельный	150	10,36	6,96	12,85	186,17	208
	с вермишелькой	5					
	со сметаной						
	Котлета куриная	50	14,61	17,49	3,74	232,48	649/3
	гарнир (отварная гречка)	90	1,97	1,98	22,71	97,32	1126
	подлива	20	0,38	0,74	1,78	15,62	783/1
	Компот из яблок	140	0,24	0,24	27,50	110,14	859
	Хлеб пшеничный	70	3,60	1,60	38,40	192	878
Полдник	Печенье	17	0,75	1,63	4,43	107,33	345
Ужин	Ватрушка	50	3,6	2,63	34,19	133,60	1052/5
	с творогом						
	Чай с сахаром	140	0,15	0,01	11,15	44,86	944
Итого за день			42,38	38,67	204,44	1308,65	



Утверждено  
**М Е Н О**  
 на «21» января 2026 г.

от 3-х до 7-и лет



Эпилова З.Г.

	вых. блюдо	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	№ рецептуры	
		Б	Ж	У			
Завтрак	Суп овсяный	120	5,13	7,34	38,7	125,68	236/5
	молочный						
	Хлеб пшеничный	30	2,8	0,4	16,9	74,76	878
Обед	Суп картофельный	160	11,38	7,65	14,12	204,58	208
	с вермишелькой	5					
	со сметаной						
	Котлета куриная	54	16,06	19,22	4,11	29,85	649/3
	гарнир (отварная гречка)	90	1,97	1,98	22,71	97,32	1126
	подлива	20	0,38	0,74	1,78	15,62	783/1
	Компот из яблок	150	0,26	0,26	30,22	121,04	859
	Хлеб пшеничный	90	3,60	1,60	38,40	192	878
Полдник	Печенье	17	0,75	1,63	4,43	107,33	345
Ужин	Ватрушка	50	3,6	2,63	34,19	133,60	1052/5
	с творогом						
	Чай с сахаром	150	0,16	0,01	12,25	49,30	944
Итого за день			45,53	41,98	215,64	1386,32	