



**План-меню: Меню для детей с 3х до 7ми лет.период (летне - осенний)
категория: Детский сад (ДИЕТИЧЕСКОЕ)**

2 июня 2025г.		ККАЛ	3 июня 2025г.		ККАЛ	4 июня 2025г.		ККАЛ	5 июня 2025г.		ККАЛ	6 июня 2025г.		ККАЛ
ВЫХОД	ЗАВТРАК		ВЫХОД	ЗАВТРАК		ВЫХОД	ЗАВТРАК		ВЫХОД	ЗАВТРАК		ВЫХОД	ЗАВТРАК	
Суп на безлактозном молоке с макаронными изделиями.	180	116	Каша на безлактозном молоке ячневая.	180	179	Каша гречневая на безлактозном молоке	180	197,98	Суп на безлактозном молоке с крупой (рис).	180	153,79	Макаронные изделия с маслом растительным.	180	180,92
Батон нарезной витаминизированный каратином	50	131	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек-8.	50	99,5	Батон нарезной витаминизированный каратином с повидлом .	50/15	104,8	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8.	50	49,75	Батон нарезной витаминизированный каратином .	50	131
Какао с безлактозным молоком.	200	74,6	Кисель	200	36,1	Напиток "Витошка " витаминизированный (200), - 353	200	0	Кофейный напиток с безлактозным молоком.	200	85,86	Чай с безлактозным молоком с сахаром	200	74,22
10:00			10:00			10:00		110	10:00			10:00		
Сок фруктовый	200	110	Фрукты свежие нарезка.(банан)	100	96	Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96	Фрукты свежие нарезка.(апельсины)	100	96	Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Нарезка из лука.	20	8,2	Нарезка из свежих огурцов.	60	9,1	Нарезка из свежих помидоров	60	12,94	Нарезка из свежих помидоров и огурцов.	60	11,86	Горошек зеленый консервированный.	60	33
Суп картофельный с мясными фрикадельками.	200	296	Суп гороховый на курином бульоне	200	245	Борщ на мясном бульоне .	200	231,28	Суп картофельный с клецками на курином бульоне.	200	241,84	Суп "Снежок" на мясном бульоне .	200	100,24
Каша гречневая рассыпчатая.	150	168	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	150	207	Каша рисовая рассыпчатая	150	184,62	Пюре картофельное.	150	183,04	Жаркое по - домашнему с мясом свинины.	200	233,62
Котлета домашняя из мяса свинины .	80	431	Гуляш из мяса кури	80	143	Шницель из рыбы.	80	199,32	Суфле из мяса кури.	80	209,81	Кисель	200	36,08
Соус красный основной.	50	50,5	Компот из изюма.	200	73,5	Соус красный основной.	50	50,83	Соус красный основной.	50	50,83	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8)	30	59,7
Компот из сухофруктов (витаминизированный).	200	73,5	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8)	30	49,8	Чай с сахаром .	200	35,8	Компот из яблок.	200	50,96	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8	50	87
Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8)	30	59,7	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8	50	87	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8)	25	49,75	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8)	30	59,7			
Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8 .	25	52,2				Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8 .	50	87	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8	50	87			
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Яйцо отварное	40	158	Каша пшеничная на безлактозном молоке.	180	18,6	Каша манная на безлактозном молоке	180	222,77	Каша гречневая с безлактозным молоком.	180	197,98	Ватрушка с повидлом или булочка с сахаром, или пирожок с капустой.	80	317,78
Кофейный напиток с безлактозным молоком.	200	85,9	Чай с сахаром .	200	35,8	Кисель	200	36,08	Чай с сахаром	200	35,8	Компот из изюма	200	73,48
Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8	25	43,5	Кондитерское изделие.	40	167	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8	25	43,5	Вода питьевая	300	0	Вода питьевая	300	0
Вода питьевая .	300	0	Вода питьевая .	300	0	Вода питьевая - 375	300	0						

25 июня 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ	26 июня 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ	27 июня 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ	30 июня 2025г.	ВЫХОД	ККАЛ
День 8 (среда)			День 9 (четверг)			День 10 (пятница)			День 1 (понедельник)		
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша ячневая на безлактозном молоке.	180	179	Каша на безлактозном молоке геркулесовая.	179	212	Каша манная на безлактозном молоке	180	202	Суп на безлактозном молоке с макаронными изделиями.	180	116,25
Батон нарезной витаминизированный каратином.	50	131	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8 с повидлом.	50/15	79,6	Батон нарезной витаминизированный каратином.	50	131	Батон нарезной витаминизированный каратином	50	131
Кофейный напиток с безлактозным молоком.	200	85,9	Кисель	200	36,1	Напиток "Витошка " витаминизированный (200), - 353	200	0	Какао с безлактозным молоком.	200	74,61
10:00			10:00			10:00			10:00		
Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96	Фрукты свежие нарезка.(апельсины)	100	96	Фрукты свежие нарезка.(яблоки)	100	96	Сок фруктовый	200	110
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Нарезка из свежих помидоров	60	12,9	Нарезка из свежих огурцов и помидоров.	60	11,9	Икра кабачковая	60	46,8	Нарезка из лука.	20	8,2
Суп крестьянский с рисом на курином бульоне.	200	257	Суп с лапшой домашней на мясном бульоне .	200	175	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне.	200	238,26	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	200	296,34
Каша гречневая рассыпчатая .	150	168	Пюре картофельное.	150	183	Плов из мяса свинины.	200	429,38	Каша гречневая рассыпчатая.	150	168,17
Печень куриная тушеная с овощами	80	218	Котлета рыбная	80	251	Кисель	200	36,08	Котлета домашняя из мяса свинины .	80	431,32
Компот из изюма.	200	73,5	Компот из сухофруктов	200	44,8	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8)	30	59,7	Соус красный основной.	50	50,53
Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8)	30	59,7	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8) .	30	59,7	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8 .	50	87	Компот из сухофруктов (витаминизированный).	200	73,48
Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8 .	25	52,2	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8 .	50	87				Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8)	30	59,7
									Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8 .	25	52,2
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Яйцо отварное.	40	62,8	Каша рисовая на безлактозном молоке.	150	177	Каша пшеничная на безлактозном молоке.	180	212,76	Яйцо отварное	40	157,56
Какао с безлактозным молоком.	200	82,3	Чай с безлактозным молоком с сахаром.	200	77	Чай с сахаром	200	35,8	Кофейный напиток с безлактозным молоком.	200	85,86
Кондитерское изделие.	40	167	Вода питьевая	300	0	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8	25	43,5	Хлеб ржаной витаминизированный Валитек - 8	25	43,5
Вода питьевая	300	0				Вода питьевая	300	0	Вода питьевая .	300	0

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 115325922318594162224631579063447765997006712125

Владелец Тактаева Ольга Николаевна

Действителен с 08.07.2024 по 08.07.2025