



С 12 января по 16 января 2026 года

| Дни<br>недел<br>и | I Завтрак                  | Выход в гр. |              | II Завтрак            | Выход в гр. |              | Обед                                | Выход в гр. |              | Полдник                       | Выход в гр. |              |
|-------------------|----------------------------|-------------|--------------|-----------------------|-------------|--------------|-------------------------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|--------------|
|                   |                            | до 3<br>лет | от 3 до<br>7 |                       | до 3<br>лет | от 3 до<br>7 |                                     | до 3<br>лет | от 3 до<br>7 |                               | до 3<br>лет | от 3 до<br>7 |
| понедел<br>ник    | Каша манная молочная       | 150/4       | 200/5        | Сок натуральный       | 200         | 200          | Салат "Витаминный"                  | 40          | 60           | Суп молочный с крупой (пшено) | 150         | 250          |
|                   | Чай с сахаром              | 150         | 200          |                       |             |              | Уха с крупой(перловка)              | 150/10      | 200/15       | Чай с сахаром                 | 150         | 200          |
|                   | Бутерброды с маслом        | 30/5        | 40/5         |                       |             |              | Макаронные изделия отварные         | 120/4       | 150/5        | Хлеб пшеничный                | 30          | 40           |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Гуляш                               | 50/50       | 60/50        |                               |             |              |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Компот из смеси сухофруктов         | 150         | 200          |                               |             |              |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Хлеб ржаной                         | 40          | 50           |                               |             |              |
|                   | Итого за завтрак           | 339         | 450          | Итого за II завтрак   | 200         | 200          | Итого за обед                       | 614         | 790          | Итого за полдник              | 330         | 490          |
| вторник           | Каша ячневая молочная      | 150/4       | 200/5        | Кисломолочный продукт | 150/5       | 200/10       | Салат морковный с изюмом            | 40          | 60           | Чай с сахаром и молоком       | 150         | 200          |
|                   | Какао с молоком и сахаром  | 150         | 200          | Кондитерские изделия  | 40          | 40           | Борщ из свежий капусты              | 150         | 200          | Пироги с повидлом             | 50          | 70           |
|                   | Бутерброды с маслом, сыром | 45          | 70           |                       |             |              | Плов из говядины                    | 100/50      | 150/70       |                               |             |              |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Компот из смеси сухофруктов         | 150         | 200          |                               |             |              |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Хлеб ржаной                         | 40          | 50           |                               |             |              |
|                   | Итого за завтрак           | 349         | 475          | Итого за II завтрак   | 195         | 250          | Итого за обед                       | 530         | 730          | Итого за полдник              | 200         | 270          |
|                   |                            |             |              |                       |             |              |                                     |             |              |                               |             |              |
| среда             | Каша пшенная молочная      | 150/4       | 200/5        | Фрукты                | 40          | 40           | Салат «Школьный»                    | 40          | 60           | Суп молочный с макар. изд.    | 150         | 200          |
|                   | Чай с сахаром              | 150/10/5    | 200          |                       |             |              | Щи из свежей капусты                | 150         | 200          | Чай с сахаром                 | 150         | 200          |
|                   | Бутерброды с маслом        | 30/5        | 40/5         |                       |             |              | Каша гречневая рассыпчатая          | 120/4       | 200/5        | Хлеб пшеничный                | 30          | 40           |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Котлеты мясные                      | 50/5        | 70/7         |                               |             |              |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Компот из смеси сухофруктов         | 150         | 200          |                               |             |              |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Хлеб ржаной                         | 40          | 50           |                               |             |              |
|                   | Итого за завтрак           | 356         | 450          | Итого за II завтрак   | 40          | 40           | Итого за обед                       | 559         | 792          | Итого за полдник              | 330         | 440          |
| четверг           | Каша рисовая молочная      | 150/4       | 200/5        | Кисломолочный продукт | 150/5       | 200/10       | Салат "Степной"                     | 40          | 60           | Булочка «Веснушка»            | 50          | 70           |
|                   | Какао с молоком            | 150         | 200          |                       |             |              | Суп картофельный с крупой(геркулес) | 150         | 200          | Кисель                        | 150         | 200          |
|                   | Бутерброды с маслом, сыром | 45          | 70           |                       |             |              | Картофельное пюре                   | 120         | 150          | Кисель Витошка                |             | 200          |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Бефстроганов                        | 50/30       | 70/30        |                               |             |              |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Компот из смеси сухофруктов         | 150         | 200          |                               |             |              |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Хлеб ржаной                         | 40          | 50           |                               |             |              |
|                   | Итого за завтрак           | 349         | 475          | Итого за II завтрак   | 155         | 210          | Итого за обед                       | 580         | 760          | Итого за полдник              | 200         | 270          |
| пятница           | Каша гречневая молочная    | 150/4       | 200/5        | Витаминный напиток    |             | 200          | Салат из моркови с яблоками         | 40          | 60           | суп молочной с крупой(манная) | 150         | 200          |
|                   | Чай с сахаром, молоком     | 150         | 200          | "Витошка"             |             |              | Суп картоф. с макарон. изд.         | 150 /4      | 200          | Чай с сахаром                 | 150         | 200          |
|                   | Бутерброды с маслом        | 30/5        | 40/5         | Сок натуральный       | 150         |              | Каша пшеничная рассыпчатая          | 150         | 200/5        | Хлеб пшеничный                | 30          | 40           |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Тефтели мясные с соусом             | 60/20       | 80/20        |                               |             |              |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Компот из смеси сухофруктов         | 150         | 200          |                               |             |              |
|                   |                            |             |              |                       |             |              | Хлеб ржаной                         | 40          | 50           |                               |             |              |
|                   | Итого за завтрак           | 339         | 450          | Итого за II завтрак   | 150         | 200          | Итого за обед                       | 614         | 815          | Итого за полдник              | 330         | 440          |