

**МЕНЮ**  
**11 июля 2025 г.**

Возрастная группа: ранний возраст (1-3)

| Наименование приема пищи | Наименование блюда                | Масса порции | Калорийность порции |
|--------------------------|-----------------------------------|--------------|---------------------|
| Завтрак                  | Омлет натуральный                 | 100          | 122,2               |
|                          | Чай с лимоном                     | 130          | 89                  |
|                          | Хлеб пшеничный                    | 20           | 46                  |
|                          | Масло (порциями)                  | 3            | 23                  |
| Второй завтрак           | Фрукты и ягоды свежие             | 50           | 48                  |
|                          | Кондитерские изделия              | 14           | 22                  |
| Обед                     | Овощи отварные - порционные       | 20           | 42                  |
|                          | Щи из свежей капусты с картофелем | 150          | 73,2                |
|                          | Птица или кролик отварные         | 50           | 92,9                |
|                          | Хлеб ржаной                       | 30           | 58,7                |
|                          | Рис отварной с соусом молочным    | 100          | 153                 |
|                          | Напиток из плодов шиповника       | 130          | 70,2                |
| Уплотненный полдник      | Котлета картофельная              | 100          | 81                  |
|                          | Соус молочный                     | 20           | 14                  |
|                          | Хлеб пшеничный                    | 20           | 96                  |
|                          | Чай с сахаром                     | 130          | 77,3                |

Возрастная группа: дошкольный возраст (3-7)

| Наименование приема пищи | Наименование блюда                | Масса порции | Калорийность порции |
|--------------------------|-----------------------------------|--------------|---------------------|
| Завтрак                  | Омлет натуральный                 | 110          | 181,5               |
|                          | Чай с лимоном                     | 150          | 99                  |
|                          | Хлеб пшеничный                    | 20           | 46                  |
|                          | Масло (порциями)                  | 3            | 37                  |
| Второй завтрак           | Фрукты и ягоды свежие             | 60           | 68                  |
|                          | Кондитерские изделия              | 14           | 22                  |
| Обед                     | Овощи отварные - порционные       | 20           | 63                  |
|                          | Щи из свежей капусты с картофелем | 170          | 93,8                |
|                          | Птица или кролик отварные         | 60           | 109,9               |
|                          | Хлеб ржаной                       | 40           | 87,6                |
|                          | Рис отварной с соусом молочным    | 110          | 169,05              |
|                          | Напиток из плодов шиповника       | 150          | 106,5               |
| Уплотненный полдник      | Котлета картофельная              | 120          | 105,72              |
|                          | Соус молочный                     | 20           | 14                  |
|                          | Хлеб пшеничный                    | 20           | 102                 |
|                          | Чай с сахаром                     | 150          | 101,9               |