



Утверждено  
Директор ООО «Семь Докторов»  
*М.И. Мельник*



### МЕНЮ

На 14 мая 2026 г.  
от 3-х до 7 лет

№п/п	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Кукуруза консервированная	30гр		30,00	0,86	1,85	2,41
2	Эмлет натуральный с маслом	125/5гр		239,91	11,50	20,59	2,30
3	Какао с молоком	200гр		119,00	4,08	3,54	17,58
4	Батон	1/40 гр		113,33	3,69	0,37	23,20
	Всего в завтрак	400гр	502,24	20,12	28,35	48,49	
10_30							
1	Сок	50 гр	21,65	0,25	0,05	5,05	
	Всего во 2 завтрак		523,89	20,37	28,40	53,54	
<b>ОБЕД</b>							
1	Квас кабачковая	50гр		35,00	0,45	2,35	2,96
2	Уп-лапша домашняя, с зеп.	180/3гр		73,80	1,59	3,85	5,59
3	Котлета из говядины с соусом	50/50гр		117,00	7,82	5,10	6,43
4	Картофельное пюре	130/5гр		151,73	2,69	7,79	17,78
5	Компот из свеж. яблок	180гр		88,20	0,14	0,14	21,48
6	Хлеб пшеничный	1/20 гр		47,14	1,58	0,20	9,66
7	Хлеб ржаной	1/20 гр		34,67	1,32	0,24	6,65
	Всего в обед	688гр	647,54	18,99	20,47	75,59	
<b>ПОЛДНИК</b>							
1	Трифик	40гр		149,33	2,59	3,28	27,32
2	Бисмолочный продукт (кефир)	100 гр		50,00	2,90	2,50	4,00
	Всего в полдник	140гр	199,33	5,49	5,78	31,32	
<b>УЖИН</b>							
1	Каша молочная гречневая	150/5 гр		133,00	4,63	1,24	25,78
2	Чай с сахаром	200гр		44,00	0,07	0,02	11,10
3	Хлеб пшеничный	1/40 гр		94,28	3,16	0,40	9,31
	Всего в ужин	385гр	271,28	7,66	1,66	36,17	
	Всего в день		1452,91	40,34	64,39	213,62	
	<b>ИТОГО</b>		2 10,00				

Зав. Производством

Калькулятор

*М.И. Мельник*



Утверждено  
Директор ООО «Семь Докторов»  
*М.И. Мельник*



### МЕНЮ

На 14 мая 2026 г.  
от 1,5 до 3 лет

№п/п	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Кукуруза консервированная	30гр		30,00	0,86	1,85	2,41
2	Эмлет натуральный с маслом	125/5гр		239,91	11,50	20,59	2,30
3	Какао с молоком	150гр		89,25	3,06	2,65	13,48
4	Батон	1/40 гр		113,33	3,69	0,37	23,20
	Всего в завтрак	350гр	472,49	18,14	25,46	41,08	
10_30							
1	Сок	50 гр	21,65	0,25	0,05	5,05	
	Всего во 2 завтрак		494,14	18,39	25,51	46,14	
<b>ОБЕД</b>							
1	Квас кабачковая	30гр		21,00	0,27	1,41	1,77
2	Уп-лапша домашняя, с зеп.	150/3гр		61,50	1,32	3,04	7,15
3	Котлета из говядины с соусом	30/30гр		70,20	4,69	3,66	5,05
4	Картофельное пюре	110/5гр		101,14	2,25	3,54	15,08
5	Компот из свеж. яблок	150гр		71,50	0,12	0,11	17,90
6	Хлеб пшеничный	1/20 гр		47,14	1,58	0,20	9,66
7	Хлеб ржаной	1/20 гр		34,67	1,32	0,24	6,65
	Всего в обед	548гр	409,15	17,98	12,20	63,29	
<b>ПОЛДНИК</b>							
1	Трифик	40гр		149,33	2,59	3,28	27,32
2	Бисмолочный продукт (кефир)	100 гр		50,00	2,90	2,50	4,00
	Всего в полдник	140гр	199,33	5,49	5,78	31,32	
<b>УЖИН</b>							
1	Каша молочная гречневая	130/5 гр		115,83	4,03	1,08	22,43
2	Чай с сахаром	200гр		44,00	0,07	0,02	11,10
3	Хлеб пшеничный	1/40 гр		94,28	3,16	0,40	9,31
	Всего в ужин	375гр	254,11	7,26	1,50	32,84	
	Всего в день		1356,73	43,64	44,99	193,58	
	<b>ИТОГО</b>		210,00				

Зав. Производством

Калькулятор

*М.И. Мельник*