

МЕНЮ

03 августа 2026 г

| Наименование блюд                                      | Масса    |          | Пищевые вещества |       |       |       |        |        | Энергетическая ценность |        | Витамин |       |
|--------------------------------------------------------|----------|----------|------------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------------------------|--------|---------|-------|
|                                                        | Порции   |          | белки            |       | жиры  |       | Угл-ды |        | Ккал                    |        | С       |       |
|                                                        | ясли     | сад      | я                | с     | я     | с     | я      | с      | ясли                    | сад    | ясли    | сад   |
| Завтрак:                                               |          |          |                  |       |       |       |        |        |                         |        |         |       |
| Каша манная молочная с маслом сливочным                | 140/3    | 180/3    | 4,24             | 5,45  | 4,6   | 5,3   | 22,61  | 29,08  | 149,26                  | 186,3  | 0,82    | 1,05  |
| Чай с молоком, с сахаром                               | 180/6    | 180/6    | 3,03             | 3,03  | 2,4   | 2,4   | 10,48  | 10,48  | 75,76                   | 75,76  | 1,38    | 1,38  |
| Бутерброд с маслом сливочным                           | 25/5     | 30/5     | 1,92             | 2,29  | 4,36  | 4,5   | 12,92  | 15,49  | 98,5                    | 111,6  |         |       |
| 2-ой Завтрак:                                          |          |          |                  |       |       |       |        |        |                         |        |         |       |
| Сок                                                    | 200      | 200      | 1                | 1     | 0     | 0     | 20,2   | 20,2   | 84,8                    | 84,8   | 2,2     | 4     |
| Обед:                                                  |          |          |                  |       |       |       |        |        |                         |        |         |       |
| Помидоры порционно                                     | 30       | 50       | 0,33             | 0,55  | 0,06  | 0,1   | 1,14   | 1,9    | 6,6                     | 11     | 5,25    | 8,75  |
| Суп вермишелевый с картофелем с куриными фрикадельками | 150/10   | 180/10   | 3,61             | 4,93  | 2,87  | 3,8   | 10,55  | 12,68  | 90,56                   | 114,56 | 5,19    | 6,18  |
| Голубцы ленивые со сметано-томатным соусом             | 110/20   | 120/30   | 8,88             | 10,16 | 9,2   | 10,45 | 18,73  | 21,01  | 179,14                  | 201,98 | 0,5     | 0,65  |
| Напиток из сухофруктов                                 | 150      | 180      | 0,5              | 0,6   | 0,07  | 0,08  | 14     | 16,81  | 60                      | 71,52  | 0,54    | 0,65  |
| Хлеб ржаной                                            | 35       | 45       | 2,31             | 2,97  | 0,42  | 0,54  | 13,85  | 17,84  | 69,23                   | 89,19  |         |       |
| Полдник:                                               |          |          |                  |       |       |       |        |        |                         |        |         |       |
| Кисломолочный напиток (катык)                          | 150      | 180      | 4,58             | 5,22  | 4,08  | 4,5   | 7,58   | 8,64   | 85                      | 96,3   | 1,95    | 2,34  |
| Кондитерское изделие (печенье)                         |          | 20       |                  | 1,28  |       | 3,36  |        | 13,7   |                         | 90,2   |         | 0     |
| Ужин:                                                  |          |          |                  |       |       |       |        |        |                         |        |         |       |
| Омлет натуральный                                      | 130      | 150      | 12,08            | 13,94 | 21,52 | 24,83 | 2,29   | 2,64   | 251,03                  | 289,66 | 0,25    | 0,28  |
| Хлеб пшеничный                                         | 20       | 25       | 1,52             | 1,9   | 0,16  | 0,2   | 9,84   | 12,31  | 47                      | 58,81  | 0       | 0     |
| Чай с сахаром с яблоками                               | 150/5/10 | 180/6/10 | 0,09             | 0,11  | 0,2   | 0,06  | 5,99   | 6,99   | 24,7                    | 28,7   | 1,02    | 1,03  |
| итого:                                                 |          |          | 44,09            | 53,43 | 49,94 | 60,12 | 150,18 | 189,77 | 1221,6                  | 1510,4 | 19,1    | 26,31 |