

МЕНЮ

05 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 геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	5,79	7,44	6,28	8,07	26,29	33,8	185,66	238,71	0,67	0,86
Какао с молоком	180/6	180/6	3,67	3,67	3,19	3,19	10,87	10,87	90,78	90,78	1,43	1,43
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	1,92	2,29	4,36	4,5	12,92	15,49	98,5	111,68	0	0
2-ой Завтрак:												
Сок	200	200	1	1	0	0	20,2	20,2	84,8	84,8	4	4
Обед:												
Салат из свеклы с яблоками	40	60	0,44	0,65	3,1	3,1	2,07	3,86	30,68	46,02	2,58	
Щи со свежей капустой с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5	180/10/7	3,18	3,24	4,89	5,19	5	5,07	81,56	84,8	9,54	9,54
Тефтели мясные в томатном соусе	45/15	60/20	5,39	7,18	5,32	7,09	6,26	8,34	94,39	125,85	0,4	0,53
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	110/2	130/3	6,45	7,62	3,13	4,16	29,16	34,47	170,14	205,27	0	0
Компот из урюка	150	180	0,35	0,4	0,02	0,02	13,83	16,6	56,83	68,2	0	2,44
Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,77	47	70,57	0	0
Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19	0	0
Полдник:												
Кисломолочный напиток (ряженка)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6,3	7,56	76	92	0,45	0,54
Сушки	20	20	2,14	2,14	0,24	0,24	14,24	14,24	67,8	67,8	0	0
Ужин:												
Пудинг творожный с повидлом	110/20	130/20	16,73	16,72	11,84	15,51	39,76	39,76	330,5	360,2	0,21	0,34
Чай с сахаром	150/5	180/6	0,05	0,06	0,02	0,02	5,02	6,02	20,08	24,1	0,02	0,03
итого:			55,29	62,88	46,72	56,37	215,61	248,89	1504	1760	19,3	19,71