

МЕНЮ
07 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 рисовая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	4,17	5,35	4,69	5,41	30,01	38,57	179,4	225	0,67	0,86
Чай с сахаром, с яблоком	170/6/10	180/6/10	0,11	0,11	0,06	0,06	6,99	6,99	28,7	28,7	1,03	1,03
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	0,63	0,9	0	0	12,62	18,18	52,77	76	2,5	3,6
-----	-----	-----	------	-----	---	---	-------	-------	-------	----	-----	-----

Обед:

Салат из моркови с сахаром	40	60	0,52	0,78	0,04	0,06	3,16	4,74	15,6	23,4	0	0
Суп картофельный с пшённой крупой на курином бульоне	150	180	0,98	1,18	1,36	1,36	6,06	7,27	42,88	51,45	4,13	4,95
Жаркое по-домашнему из отварной птицы	150	200	11,75	15,67	7,98	10,64	14,7	19,6	177,15	236,2	0,54	0,72
Компот из свежих фруктов	150	180	0,17	0,2	0,09	0,11	7,44	8,93	32,89	39,47	6,16	7,4
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(кефир)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6,3	7,56	76	91,8	0,45	0,54
Кондитерское изделие(пряники)	35	35	2,07	2,07	1,65	1,65	26,25	26,25	128,1	128,1	0	0,01

Ужин:

Сырники из творога с повидлом	100/30	120/30	18,9	22,66	14,54	17,45	31,68	34	329	379,8	0,46	0,46
Напиток из шиповника	150/5	180/6	0,5	0,61	0,2	0,25	5,57	6,68	26,15	31,38	75	90
итого:			49,9	62,29	39,3	46,77	187,39	226,87	1303,4	1582,7	90,94	109,57