

МЕНЮ

10 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
Кофейный напиток с молоком	180/6	180/6	2,85	2,85	2,41	2,41	10,35	10,35	74,58	74,58	1,17	1,17
Бутерброд с маслом сливочным, с сыром			2,53	3,61	5,69	5,83	12,92	15,49	115,67	128,77	0,07	0,07
2-ой Завтрак:												
Фрукты(яблоки)	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47	47	10	10
Обед:												
Салат из свежей капусты с морковью	40	60	0,56	0,84	2,03	3,05	3,61	5,41	34,96	52,44	10,25	10,25
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	180	2,58	3,1	2,86	3,44	11,27	13,53	89,36	107,24	3,45	4,14
Плов из отварной птицы	150	200	12,71	11,19	7,85	10,93	26,8	31,8	229	282,55	4,52	0,18
Компот из свежих яблок	150	180	0,12	0,14	0,12	0,14	20,91	25,09	85,95	103,14	2,85	0,81
Хлеб пшеничный	30	35	2,28	2,66	0,24	0,28	14,77	12,3	70,57	58,75	0	0
Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,1		
Полдник:												
Кисломолочный напиток (ацидофильный напиток)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6,3	7,56	76	92	0,45	0,54
Кондитерское изделие(печенье)		20		1,5		1,96		14,88		83,4		
Ужин:												
Котлеты рыбные	50	70	6,41	8,99	3,41	4,26	5,58	7,82	72,63	101,72	0,33	0,46
Пюре картофельное с маслом сливочным	120	140	2,47	2,88	6,01	6,65	16,39	19,12	129,6	147,9	14,53	16,96
Чай с сахаром	150/5	180/6	0,06	0,06	0,02	0,02	5,01	6,01	19,95	23,94	0,03	0,03
Хлеб пшеничный	30	30	2,28	2,66	0,24	0,28	14,77	17,22	70,57	82,25	0	0
итого:			47,7	53,66	41,73	52,76	198,62	248,02	1370,73	1510,14	48,32	45,47