

МЕНЮ № 9

9 июля 2026 г.

Завтрак:

Наименование блюд	Масса Порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин	
	ясли	сад	белки		жиры		Угл-ды		Ккал		С	
			я	с	я	с	я	с	ясли	сад	ясли	сад
1.Каша пшеничная молочная с маслом сл	140/3	180/3	3,83	5,17	2,34	5,33	19,46	24,92	117,34	184,24	0,00	0,00
2.Чай с молоком, сахаром	180/6	180/6	3,03	3,03	2,40	2,40	10,48	10,48	75,76	75,76	1,38	1,38
3.Бутерброд с сыром,с маслом сливочным	25/5/5	30/5/5	2,53	3,61	5,69	5,83	12,92	15,49	115,67	128,77	0,04	0,07

2-ой Завтрак:

Фрукты	100	100	0,90	0,90	0,20	0,20	8,10	8,10	43,00	43,00	60,00	60,00
--------	-----	-----	------	------	------	------	------	------	-------	-------	-------	-------

Обед:

1.Капуста тушеная	40	60	0,81	1,22	1,47	2,21	3,16	4,74	30,80	46,20	6,83	10,25
2.Суп-лапша домашняя на кур б-не, с мясом птицы	150/10	180/10	3,88	4,19	5,18	5,85	7,01	8,40	95,65	109,54	0,54	0,60
3.Рыба,тушеная с овощами	40/20	50/25	3,20	9,75	10,59	10,59	21,70	21,70	105,00	196,18	14,53	16,96
4.Пюре картофельное	120	140	2,45	2,86	3,84	4,48	16,35	19,08	109,80	128,10		
5.Напиток из сухофруктов	150	180	0,50	0,60	0,07	0,08	17,34	20,81	73,33	68,18	0,54	0,65
6.Хлеб пшеничный												
Хлеб ржаной	20	30	1,52	0,16	0,24	9,84	14,77					
	35	45	2,31	2,28	0,42	0,54	0,42	13,85	47,00	70,57		
				2,97					17,84	69,23		

Полдник:

Кисломолочный напиток	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,54
-----------------------	-----	-----	------	------	------	------	------	------	-------	-------	------	------

Ужин:

1.Вак балиш с рисом и мясом	90	90	7,02	7,02	10,35	10,35	28,62	28,62	234,63	234,63		
2.Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7	0,10	0,13	0,02	0,03	5,18	6,23	21,78	26,48	2,24	2,83