



## МЕНЮ на «24» октября 2025г

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
	ясли/ сад	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
<b>Завтрак</b>						
<b>Суп молочный с вермишелью</b>	180/200	2,67/2,97	3,22/2,5 7	5,53/6,14	64,08/71, 2	0,59/0,6 6
<b>Какао с молоком</b>	150/5 180/6	3,06/3,67	2,66/3,1 9	13,18/15, 82	88,95/106 ,74	1,19/1,4 3
<b>Бутерброд с маслом сливочным, сыром</b>	25/10/5 30/10/5	3,23/3,61	5,69/5,8 3	12,92/15, 49	115,67/12 8,77	0,04
<b>2 завтрак</b>						
<b>Яблоки</b>	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Обед</b>						
<b>Винегрет овощной</b>	40/60	0,28/0,42	0,04/0,0 6	0,76/1,14	4,8/7,2	1,96/2,9 4
<b>Суп из овощей с мясными фрикадельками со сметаной</b>	150/10/5 180/10/7	2,88/3,45	5,25/6,3	8,66/10,4	99,31/119 ,17	8,01/9,6 1
<b>Котлеты рубленые из говядины</b>	50/70	9,93/11,5 6	8,14/9,7 4	23,31/27, 3	206,57/24 3,48	19,35/2 2,32
<b>Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным</b>	110/2 130/2	9,93/11,5 6	8,14/9,7 4	23,31/27, 3	206,57/24 3,48	19,35/2 2,32
<b>Компот из свежих яблок</b>	150/180	0,45/0,54	0,08/0,0 9	22,65/27, 18	92,7/111, 24	0,83/0,9 9
<b>Хлеб ржаной</b>	40/45	2,64/2,97	0,48/0,5 4	15,84/17, 82	79,2/89,1	0
<b>Хлеб пшеничный</b>	0/25	2,64/2,97	0,48/0,5 4	15,84/17, 82	79,2/89,1	0
<b>Полдник</b>						
<b>Катык</b>	150/180	4,35/5,22	3,75/4,5	7,2/8,64	80,25/96, 3	1,95/2,3 4
<b>Мармелад</b>	10	1,28	3,36	13,7	90,2	0
<b>Ужин</b>						
<b>Элеш с птицей</b>	75/100	9,9/13,2	11,2/14, 93	43/57,3	310,72/41 4,29	0
<b>Чай с сахаром и лимоном</b>	150/5/5 180/6/7	0,1/0,13	0,02/0,0 3	5,17/6,23	21,78/26, 48	2,02/2,8 3
<b>Всего</b>	1421/1674	40,57/50, 64	44,08/5 4,3	197,44/24 7,64	1330,38/1 692,43	45,94/5 3,16

