

Меню на 30.01.2026 года

5 день

		Порц	Ккал
Завтрак	Каша жидкая, молочная, гречневая с маслом сливочным	180/3	225,90
	Чай без сахара, с мармеладом	180/20	96,30
	Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	128,77
2ой завтрак	Фрукт	100	47
Обед	Салат из моркови с сахаром	60	31,38
	Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками	180/10	126,35
	Тефтели мясные	70	129,44
	Рагу из овощей	150	202,86
	Компот из свежих фруктов	180	39,47
	Хлеб ржаной	20/45	89,19
Полдник	Кисломолочный напиток	180	92
	Сушки	20	66,20
Ужин	Рыба, тушенная с овощами	50/25	105
	Пюре картофельное	140	128,10
	Чай с сахаром и лимоном	160/6/7	82,25
	Хлеб пшеничный	35	26,48

Приятного аппетита!

1616,69

1 младшая группа

Меню на 30.01.2026 года



		Порц	Ккал
Завтрак	Каша жидкая, молочная, гречневая молочная с маслом сливочным	140/3	180,10
	Чай без сахара, с мармеладом	170/10	48,15
	Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	25/5/5	115,67
2ой завтрак	Фрукт	100	47
Обед	Салат из моркови с сахаром	40	20,92
	Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками	150/10	108,56
	Тефтели мясные	50	92,46
	Рагу из овощей	120	162,29
	Компот из свежих фруктов	150	32,89
	Хлеб ржаной	40	79,20
Полдник	Кисломолочный напиток	150	76
	Сушки	20	66,20
Ужин	Рыба, тушенная с овощами	40/20	196,18
	Пюре картофельное	120	109,8
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	47
	Хлеб пшеничный	20	21,78

Приятного аппетита!

1404,19