



МЕНЮ 21.07.2026 г.

Завтрак:

Наименование блюد	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
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	4,70	6,04	4,80	5,54	23,25	30,04	171,47	214,80		
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 сыром, маслом сливочным	25/5/5	30/5/5	2,53	3,61	5,69	5,83	12,92	15,49	115,67	128,77	0,07	0,07

2-ой Завтрак:

Фрукты свежие	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00
---------------	-----	-----	------	------	------	------	------	------	-------	-------	-------	-------

Обед:

Огурцы свежие порционно	30	50	0,21	0,35	0,03	0,05	0,57	0,95	3,60	6	1,47	2,45
Борщ со свежей капустой,с картофелемна курином бульоне,со сметаной	150/5	180/7	1,81	1,48	3,70	4,59	6,74	8,12	70,31	85,97	6,43	7,71
Гуляш из отварной птицы	30/30	40/40	9,56	12,75	5,30	7,06	2,04	2,72	92,63	123,51	2,39	3,18
Макаронные изделия отварные,смаслом сливочным	110/2	130/3	4,06	4,81	4,76	6,09	19,42	22,96	136,73	165,79	0,00	0,00
Компот из свежих яблок	150	180	0,12	0,14	0,12	0,14	20,91	25,09	85,95	103,14	0,68	0,81
Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,77	47,00	70,57	0	0
Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19		

Полдник:

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

Ужин:

Расстегай с рыбой	100	100	11,50	11,50	9,50	9,50	25,00	25,00	220,00	220,00	0,15	0,15
Напиток из	150/5	180/6	0,51	0,61	0,21	0,25	5,57	6,68	26,15	31,38	75,00	90,00

МЕНЮ для аллергических групп

21.07.2026 г.

Завтрак:

Наименование блюد	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
Каша ячневая на воде (без сахара)		180		6,03		4,95		20,70		151,20		
Чай черный (без сахара), с изюмом		180/10		0,06		0,02		0,02		0,00		0,03
Хлеб ржаной		40		2,64		0,48		15,84		79,20		
Масло сливочное порционно		3		0,02		2,18		0,04		19,80		

2-ой Завтрак:

Фрукты свежие		100		0,40		0,40		9,80		44,00		10,0
---------------	--	-----	--	------	--	------	--	------	--	-------	--	------

Обед:

Салат из квашенной капусты		50		0,85		2,50		4,23		42,85		9,91
Борщ со свежей капустой, с картофелем на бульоне из индейки, со сметаной		180/7		1,48		4,59		8,12		85,97		7,71
Гуляш из отварной индейки		40/40		12,75		7,06		2,72		123,51		3,18
Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным		130/3		4,81		6,09		22,96		165,79		0,00
Компот из свежих яблок		180		0,14		0,14		25,09		103,14		0,81
Хлеб ржаной		45		2,97		0,54		17,82		89,10		0,00

Полдник:

Кисломолочный напиток (напиток ацидофильный)		180/3		5,22		4,50		10,20		102,00		1,26
--	--	-------	--	------	--	------	--	-------	--	--------	--	------

Ужин:

Эчпочмак с говядиной		100		13,20		14,93		57,30		414,29		
Напиток из шиповника (без сахара)		180		0,61		0,25		6,74		55,44		90,00