

МЕНЮ
 11 июня 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
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	3,83	5,17	2,34	5,33	19,46	24,92	117,34	184,24	0,00	0,00
Чай с молоком, сахаром	180/6	180/6										
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5	30/5/5	3,03	3,03	2,40	2,40	10,48	10,48	75,76	75,76	1,38	1,38
			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:

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

Полдник:

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

Ужин:

Вак балиш с рисом и мясом	90	90	7,02	7,02	10,35	10,35	28,62	28,62	234,63	234,63		
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