



МЕНЮ
 19 мая 2026 г.
 Завтрак:

| Наименование блюд | Масса Порции | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | Витамин С | |
|---|---------------|---------------|------------------|--------------|--------------|--------------|----------------|----------------|-------------------------|---------------------|-----------|------|
| | ясли | сал | белки | | жиры | | Угл-ды | | Ккал | | ясли | сал |
| | | | Я | С | Я | С | Я | С | ясли | сал | | |
| Каши пшеничная молочная с маслом сливочным Какао с молоком | 140/3 | 180/3 | 6,02 | 7,73 | 4,84 | 5,60 | 30,97 | 39,81 | 191,9 6 | 241,1 6 | 0,67 | 0,86 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 180/6 25/5 | 180/6 30/5 | 3,67 1,92 | 3,67 2,29 | 3,19 4,36 | 3,19 4,50 | 10,87 12,92 | 10,87 15,49 | 90,78 98,50 | 90,78 111,6 8 | 1,43 | 1,43 |

2-ой Завтрак:

| | | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|-------|-----------|-------|-------|-----|-----|
| Сок | 200 | 200 | 1,0 | 1,0 | 0,00 | 0,00 | 20,20 | 20,2 0 | 84,80 | 84,80 | 4,0 | 4,0 |
|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|-------|-----------|-------|-------|-----|-----|

Обед:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-------|-------|------|-------|-----------|-----------|-----------|----------------|----------------|----------------|------|------|
| Салат из картофеля с соевыми огурцами | 40 | 60 | 0,55 | 0,82 | 2,09 | 3,13 | 3,43 | 5,15 | 34,64 | 51,96 | 4,80 | 7,20 |
| Борщ со свежей капустой, с картофелем на мясном бульоне, со сметаной | 150/5 | 180/7 | 1,26 | 1,48 | 3,70 | 4,59 | 6,74 | 8,12 | 70,31 | 85,97 | 6,43 | 7,71 |
| Гуляш из отварной говядины | 30/30 | 40/40 | 8,73 | 11,64 | 10,0 7 | 13,43 | 1,73 | 2,31 | 132,6 0 | 176,8 0 | 0,56 | 0,74 |
| Каши гречневая рассыпчатая с маслом сливочным | 110/2 | 130/3 | 6,45 | 7,62 | 3,13 | 4,16 | 29,1 6 | 34,47 | 170,1 4 | 205,2 7 | 0 | 0 |
| Кисель | 150 | 180 | 0,45 | 0,54 | 0,08 | 0,09 | 13,5 0 | 16,18 17,22 | 62,70 58,75 | 75,24 82,25 | 0,83 | 0,99 |
| Хлеб пшеничный | 35 | 45 | 1,90 | 2,31 | 0,20 | 0,28 | 12,3 0 | 17,84 | 69,23 | 89,19 | 0,00 | 0,00 |
| Хлеб ржаной | | | 2,97 | 0,42 | 0,54 | 13,8 5 | | | | | | |

Полдник:

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|-----|-----|------|------|------|------|-----------|-------|------------|------------|------|------|
| Кисломолочный напиток(ряженка) | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,45 |
| Кондитерское изделие(вафли) | 20 | 20 | 0,75 | 0,75 | 6,10 | 6,10 | 12,5 0 | 12,50 | 108,5 0 | 108,5 0 | 0 | 0 |

Ужин:

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|---------|---------|-------|-------|------|-----------|-------|-------|------------|------------|------|------|
| Королевская ватрушка | 100/30 | 120/30 | 15,98 | 18,44 | 9,50 | 10,9 6 | 50,58 | 58,36 | 350,1 3 | 404,0 0 | | |
| Чай с сахаром и лимоном | 150/5/5 | 180/6/7 | 0,10 | 0,13 | 0,2 | 0,03 | 5,18 | 6,23 | 21,78 | 26,48 | 2,24 | 2,83 |