

МЕНЮ
13 июля 2026 г.

Наименование блюд	Масса		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин	
	Порции		белки		жиры		Угл-ды		Ккал		С	
	ясли	сад	я	с	я	с	я	с	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак:												
<i>Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным</i>	140/3	180/3	5,79	7,44	6,28	8,07	26,29	33,8	185,66	238,71	0,67	0,86
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180/6	180/6	2,85	2,85	2,41	2,41	10,35	10,35	74,58	74,58	1,17	1,17
<i>Бутерброд с маслом сливочным, с сыром</i>			2,53	3,61	5,69	5,83	12,92	15,49	115,67	128,77	0,07	0,07
2-ой Завтрак:												
<i>Фрукты(яблоки)</i>	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47	47	10	10
Обед:												
<i>Салат из свежей капусты с морковью</i>	40	60	0,56	0,84	2,03	3,05	3,61	5,41	34,96	52,44	10,25	10,25
<i>Суп картофельный с клецками на курином бульоне</i>	150	180	2,58	3,1	2,86	3,44	11,27	13,53	89,36	107,24	3,45	4,14
<i>Плов из отварной птицы</i>	150	200	12,71	11,19	7,85	10,93	26,8	31,8	229	282,55	4,52	0,18
<i>Компот из свежих яблок</i>	150	180	0,12	0,14	0,12	0,14	20,91	25,09	85,95	103,14	2,85	0,81
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	35	2,28	2,66	0,24	0,28	14,77	12,3	70,57	58,75	0	0
<i>Хлеб ржаной</i>	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,1		
Полдник:												
<i>Кисломолочный напиток (ацидофильный напиток)</i>	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6,3	7,56	76	92	0,45	0,54
<i>Кондитерское изделие(печенье)</i>		20		1,5		1,96		14,88		83,4		
Ужин:												
<i>Котлеты рыбные</i>	50	70	6,41	8,99	3,41	4,26	5,58	7,82	72,63	101,72	0,33	0,46
<i>Пюре картофельное с маслом сливочным</i>	120	140	2,47	2,88	6,01	6,65	16,39	19,12	129,6	147,9	14,53	16,96
<i>Чай с сахаром</i>	150/5	180/6	0,06	0,06	0,02	0,02	5,01	6,01	19,95	23,94	0,03	0,03
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	30	2,28	2,66	0,24	0,28	14,77	17,22	70,57	82,25	0	0
итого:			47,7	53,66	41,73	52,76	198,62	248,02	1370,73	1510,14	48,32	45,47