

Меню № 5 на 19 декабря 2025 г

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Ясли	Энергетическая ценность (ккал) Ясли	Выход Сад	Энергетическая ценность (ккал) Сад
<u>Завтрак</u>	Каша жидкая молочная гречневая, с маслом сливочным	140/3	180,10	180/3	225,90
	Чай без сахара, с мармеладом	170/10	48,15	180,20	96,30
	Бутерброд с сыром, маслом сливочным	15/5/5	115,67	30/5/5	128,77
<u>2-й завтрак</u>	Фрукты свежие (яблоки)	100	47,00	100	47,00
<u>Обед</u>	Салат из моркови с сахаром	40	20,92	60	31,38
	Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками	150/10	108,56	180/10	126,35
	Тефтели мясные	50	92,46	70	129,44
	Рагу из овощей	120	162,29	150	202,86
	Компот из свежих яблок	150	32,89	180	39,47
	Хлеб ржаной	40	79,20	45	89,19
<u>Полдник</u>	Ряженка	150	76,00	180	92,00
	Сушки	20	66,20	20	66,20
<u>Ужин</u>	Рыба тушеная с овощами	40/20	196,18	50/25	105,00
	Пюре картофельное	120	109,80	140	128,10
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	21,78	180/6/7	26,48
	Хлеб пшеничный	20	47,00	35	82,25
	<i>Цена</i>	135,49		170,64	
	<i>Калорийность</i>	1404,19		1616,69	