

Меню № 10 на 23 января 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Если	Энергетическая ценность (ккал) Если	Выход Сад	Энергетическая ценность (ккал) Сад
<u>Завтрак</u>	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	140/3	179,40	180/3	225,00
	Чай с сахаром, с яблоками	10/6/10	28,70	180/6/10	28,70
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	98,50	30/5	111,68
<u>2-й завтрак</u>	Сок яблочный	200	84,80	200	84,80
<u>Обед</u>	Салат из зеленого горошка к/с	30	25,08	50	41,80
	Суп картофельный с пшенной крупой, на курином	150	42,88	180	51,45
	Жаркое по – домашнему из отварной птицы	150	177,15	200	236,20
	Компот из свежих фруктов	150	32,89	180	39,47
	Хлеб пшеничный	20	47,00	30	70,57
	Хлеб ржаной	35	69,23	45	89,19
<u>Полдник</u>	Кефир	150	83,00	180/3	90
	Пряники	35	128,10	35	128,10
<u>Ужин</u>	Сырники из творога с повидлом	100/30	329,00	120/30	379,80
	Напиток из шиповника	150/5	26,15	180/6	31,38
	<i>Цена</i>	135,49		170,64	
	<i>Калорийность</i>	1351,88		1608,14	