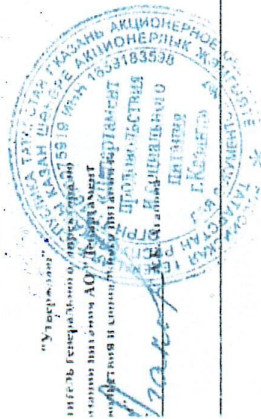


Меню на 15 января 2026
Детского сада № 1
"Дастоки"



Согласовано
директор
МБОУ № 1
г. Алматы



	Масса порции	Пищевые вещества, (г.)				Энергетич. ценность, кКал	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	ясли/сад						
	150г	6.00	4.05	19.50		146.00	Иртэнге аш
	100г	8.00	6.90	24.00		180.00	Иртэнге аш
	150г	1.16	1.28	11.40		62.00	Иртэнге аш
	180г	1.11	1.34	11.04		65.00	Иртэнге аш
Обед	150г	3.50	5.95	11.90		119.00	Иртэнге аш
	100г	2.34	4.40	10.10		100.00	Иртэнге аш
	150г	2.45	0.90	5.40		149.00	Иртэнге аш
	150г	4.45	6.00	14.25		140.00	Иртэнге аш
	100г	4.60	8.00	22.20		186.00	Иртэнге аш
Полдник	150г	8.86	9.02	14.28		116.00	Иртэнге аш
	100г	10.0	11.0	13.58		142.00	Иртэнге аш
	150г	1.5	0.3	14.3		66.00	Иртэнге аш
	100г	1.5	0.3	14.3		66.00	Иртэнге аш
	150г	1.5	0.3	14.3		66.00	Иртэнге аш
Ужин	150г	3.10	5.50	16.00		106.00	Иртэнге аш
	100г	4.30	4.45	16.00		106.00	Иртэнге аш
	100г	4.30	4.45	16.00		106.00	Иртэнге аш
	150г	9.50	9.80	14.00		134.00	Иртэнге аш
	100г	8.65	8.81	14.18		130.00	Иртэнге аш
Ужин	100г	1.6	0.4	9.8		47.00	Иртэнге аш
	100г	1.6	0.4	9.8		47.00	Иртэнге аш
	100г	1.6	0.4	9.8		47.00	Иртэнге аш
	100г	1.6	0.4	9.8		47.00	Иртэнге аш
	100г	1.6	0.4	9.8		47.00	Иртэнге аш

Иванов И.И.
Директор

Иванов И.И.
Директор