

МЕНЮ № 125 Ясли на 14 июля 2026г

2д

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (1)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	6,02	4,84	30,97	191,96
	Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,5
2 - ой ЗАВТРАК	Сок	200	1,0	0,00	20,20	84,8
ОБЕД	Салат картофель. с зел. горошком	40	0,78	2,09	3,91	37,68
	Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне, со сметаной	150/5	1,81	3,7	6,74	70,31
	Гуляш из отварной говядины	30/30	8,73	10,07	1,73	132,6
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	110/2	6,45	3,13	29,16	170,14
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	20,91	85,95
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Кисломолочный напиток	150	4,35	3,75	6,3	76,0
	Королевская ватрушка	130	15,98	9,5	50,58	350,13
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	0,1	0,02	5,18	21,78
	ИТОГО		54,86	43,33	226,35	1521,85

М/Сестра Муртазина В.М.
Кладовщик Агафонова С.И.

МЕНЮ № 125 Сад на 14 июля 2026г

2д

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (1)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	7,73	5,6	39,81	241,16
	Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
2 - ой ЗАВТРАК	Сок	200	1,0	0,00	20,20	84,8
ОБЕД	Салат картофель. с зел. горошком	60	1,18	3,15	5,87	56,52
	Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне, со сметаной	180/7	1,48	4,59	8,12	85,97
	Гуляш из отварной говядины	40/40	11,64	13,43	2,31	176,8
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130/3	7,62	4,16	34,47	205,27
	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,56	92,0
	Королевская ватрушка	150	18,44	10,96	58,36	404,0
	Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
	ИТОГО		65,75	51,98	270,53	1824,89

М/Сестра  Муртазина В.М.
Кладовщик  Агафонова С.И.