

МЕНЮ

На 11 Ноября 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой Ячневой	180/2	3,61	3,81	12,62	99,30
		150/1,5	3,12	3,30	10,93	86,06
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Сыр «Российский» 50%(порциями)	13,90	3,55	4,55	0	55,00
		10,5	2,40	3,03	0	36,60
	Какао с молоком (1 вариант)	180	3,67	3,19	15,82	107
		150	3,15	2,72	12,96	89
	2 ЗАВТРАК Плоды свежие (Яблоки)	105	0,40	0,40	9,80	78,00
		105	0,40	0,40	9,80	78,00
Обед	Суп картофельный с крупой (пшенной)	200	1,58	2,18	11,66	72,6
		150	1,18	1,64	8,75	54,45
	Плов из птицы	150	23,36	27,04	38,24	489,60
		150	23,36	27,04	38,24	489,60
	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	28,63	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	32,42	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Ватрушка с творогом	60	17,54	12,05	17,15	247
		60	17,54	12,05	17,15	247
	ПОЛДНИК Чай с лимоном(Сад) Молоко кипяченое (Ясли)	200/11/9	0,20	0	16,00	65,00
		150	0,15	0	12,00	48,45
	Итого за день	1502	47,79	44,52	172,89	1342,10
		1215	42,75	40,59	135,09	1103,56