

МЕНЮ

На 12 Декабря 2025 год



Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая с маслом сливочным	180/4	4,50	2,25	32,55	168,75
		150/3,5	3,0	1,50	21,70	112,50
	Бутерброд с повидлом и маслом сливочным 72.5%	32,87	2,62	3,42	29,53	159,27
		30	1,96	2,56	22,14	119,45
	Чай с молоком 2,5%	200	2,97	2,6	15,92	98,8
		180	2,67	2,34	14,33	89
II-ЗАВТРАК						
ОБЕД	Борщ Ставропольский	200	2,25	6,12	15,00	124,12
		150	1,40	3,70	9,00	75,50
	Пампушки с чесноком	20	4,50	7,90	16,20	132,00
		20	4,50	7,90	16,20	132,00
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски.	126/70	13,76	7,56	21,41	208,76
		110/50	11,01	6,05	17,13	167,01
	Компот из сухофруктов	180	0,08	0,00	20,03	80,46
		150	0,07	0,00	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	24,55	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	28,77	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Шанежка наливная	60	1,97	9,19	12,08	139,20
		60	1,97	9,19	12,08	139,20
	Чай с лимоном	200/11/8	0,10	0	15,00	60,00
		150/7/4	0,08	0	11,25	45,00
	Итого за день	1362	34,95	48,93	186,02	1411,40
		1135	28,07	39,19	122,33	1143,21

