

МЕНЮ
На 14 Января 2026 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с овсяными хлопьями с маслом сливочным	180/2	4,33	4,57	15,14	119,16
		150/1,5	3,61	3,81	12,62	99,30
	Хлеб пшеничный	20	2,62	3,42	29,53	159,27
		15	1,96	2,56	22,14	119,45
	Масло сливочное 72,5%	7	0,056	5,07	0,13	46,2
		5	0,04	3,63	0,065	33,00
	Чай с молоком	150/50/11	1,40	1,60	17,70	91,00
		135/45/10	1,26	1,44	15,90	81,90
II ЗАВТРАК						
ОБЕД	Суп картофельный с крупой (гречка)	200	2,06	4,44	10,72	91,00
		150	1,55	3,33	8,04	68,25
	Птица тушенная в соусе с овощами	143	14,17	11,96	25,08	264,40
		150	14,17	11,96	25,08	264,40
	Компот из лимонов	180	0,08	0	20,03	80,46
		150	0,066	0	16,7	67,05
	Хлеб пшеничный	39,51	3,04	0,32	19,68	94,00
		20	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	33,17	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой	70	4,26	6,24	25,56	187,29
		60	4,02	5,98	22,9	161,46
	Чай с сахаром	200/11	0,20	0	16	65,00
		150/7	0,15	0	12	48,75
	Итого за день	1474,766	42,89	36,28	175,35	1243,44
		1252,1	35,86	29,94	141,74	983,70