

МЕНЮ

На 18 сентября 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	180/2	3,60	4,00	119,12	99,30
		150/1,5	2,40	3,00	79,40	66,20
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Кофейный напиток с молоком (вариант 1)	200	2,97	2,6	15,92	98,8
		180	2,67	2,34	14,33	89
ОБЕД	Свекольник	200	1,79	3,87	13,67	96,97
		150	1,34	2,9	10,25	72,73
	Котлеты или биточки рыбные	67,4	8,52	8,16	9,24	144,00
		50	6,09	5,83	6,60	102,80
	Соус сметанный	30	0,525	1,60	2,30	25,50
		30	0,525	1,60	2,30	25,50
	Каша рассыпчатая Ячневая с маслом сливочным 72,5%	110/4	2,68	4,21	12,26	97,63
		110/4	2,27	3,56	10,37	82,61
	Компот из свежих плодов (Слива)	180	0,08	0	20,03	80,46
		150	0,066	0	16,7	67,05
	Хлеб пшеничный	30,65	1,9	0,2	12,3	59,0
		20	1,52	0,16	10,0	47,0
	Хлеб ржаной	28,54	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Омлет натуральный с маслом сливочным 72.5%	130	7,90	9,90	8,30	154,70
		110	5,90	7,40	6,20	116,00
	Кефир 2.5%	155	4,20	3,28	6,13	70,89
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,50
	Итого за день	1439	43,58	42,42	179,22	1385,22
		1165	35,36	37,93	147,74	1261,69