



МЕНЮ

На 21 Августа 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
	Свекольник	200	1,79	3,87	13,67	96,97
		150	1,34	2,9	10,25	72,73
II ЗАВТРАК						
ОБЕД	Котлеты или биточки рыбные	68	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
	Пюре из бобовых (горох)	110/5	2,68	4,21	12,26	97,63
		110/5	2,27	3,56	10,37	82,61
	Компот из лимонов	180	0,08	0	20,03	80,46
		150	0,066	0	16,7	67,05
	Хлеб пшеничный	24,88	1,9	0,2	12,3	59,0
		20	1,52	0,16	10,0	47,0
	Хлеб ржаной	31,51	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
	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
ПОЛДНИК						
	Кефир 2.5%	148	4,20	3,28	6,13	70,89
		150	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