



МЕНЮ

На 24 декабря 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшенная	150/2	3,60	4,00	119,12	99,30
		130/1,5	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
	Какао с молоком		0,06	5,08	0,10	46,2
			0,04	3,63	0,07	33,00
		180	2,97	2,6	15,92	98,8
		150	2,67	2,34	14,33	89
II ЗАВТРАК						
ОБЕД	Суп лапша домашняя	200	2,06	4,44	10,72	91,00
		150	1,55	3,33	8,04	68,25
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят (с маслом сливочным)	48/5	12,16	18,08	11,84	259,20
		50/5	9,12	13,56	8,88	194,40
	Капуста тушеная	130	6,50	4,39	29,19	181,87
		110	6,50	4,39	29,19	181,87
	Компот из свежих плодов	180	0,5	0	24,66	100,66
		150	0,42	0	20,5	83,88
	Хлеб пшеничный	61,254	3,04	0,32	19,68	94,00
		50	2,28	0,24	14,76	71,00
			1,98	0,36	10,02	52,2
			1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Пирожок печенный с картофелем и луком	60	3,91	4,7	23,75	153
		60	3,91	4,7	23,75	153
	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,0	60
		150	0,075	0	11,25	45
	Итого за день	1464	34,43	40,48	268,83	1170,77
		1080	26,81	36,02	199,26	973,29