



МЕНЮ

На 26 Января 2026 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой (Гречневой)	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
	Какао с молоком (вариант 1)	180	2,97	2,6	15,92	98,8
		150	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
	Котлеты или биточки рыбные	62	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
		130/4,5	2,27	3,56	10,37	82,61
ОБЕД	Компот из лимонов	180	0,08	0	20,03	80,46
		150	0,066	0	16,7	67,05
	Хлеб пшеничный	38,52	1,9	0,2	12,3	59,0
		30	1,52	0,16	10,0	47,0
	Хлеб ржаной	30,92	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Омлет натуральный с маслом сливочным 72,5%	80/5	7,90	9,90	8,30	154,70
		60/3	5,90	7,40	6,20	116,00
ПОЛДНИК	Ряженка	169	0,07	0,02	11,10	44,40
		150	0,06	0,02	9,99	40,00
	Хлеб пшеничный	15	1,9	0,2	12,3	59,0
		10	1,52	0,16	10,0	47,0
	Кондитерское изделие (Пряники)	30	2,25	2,94	22,32	125,10
		15	2,25	2,94	22,32	125,10
	Итого за день	1439	43,58	42,42	179,22	1385,22
		1165	35,36	37,93	147,74	1261,69