

МЕНЮ

На 28 Октября 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой пшеничной	180/2	3,61	3,81	12,62	99,30
		150/1,5	3,12	3,30	10,93	86,06
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Сыр «Российский» 50%(порциями)	16,26	3,55	4,55	0	55,00
		10,5	2,40	3,03	0	36,60
	Какао с молоком (1 вариант)	180	3,67	3,19	15,82	107
		150	3,15	2,72	12,96	89
	Суп картофельный с крупой (пшенной)	200	1,58	2,18	11,66	72,6
		150	1,18	1,64	8,75	54,45
	Тефтели 2-ой вариант(куриные)	76	8,31	12,08	12,37	191,05
		50	5,94	8,63	8,84	136,46
	Соус сметанный с томатом	30	0,525	1,6	2,3	25,5
		30	0,525	1,6	2,3	25,5
Обед	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/4,5	4,32	3,36	21,12	132,36
		110/4	3,60	2,80	17,60	110,30
	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	41,134	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	39,075	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Ватрушка с творогом	60	17,54	12,05	17,15	247
		60	17,54	12,05	17,15	247
	Чай с лимоном(Сад) Молоко кипяченое (Ясли)	200/11/9	0,20	0	16,00	65,00
		150	0,15	0	12,00	48,45
	Итого за день	1502	47,79	44,52	172,89	1342,10
		1215	42,75	40,59	135,09	1103,56
ПОЛДНИ К	Ватрушка с творогом	60	17,54	12,05	17,15	247
		60	17,54	12,05	17,15	247
	Чай с лимоном(Сад) Молоко кипяченое (Ясли)	200/11/9	0,20	0	16,00	65,00
		150	0,15	0	12,00	48,45
	Итого за день	1502	47,79	44,52	172,89	1342,10
		1215	42,75	40,59	135,09	1103,56