

МЕНЮ

На 29 Декабря 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Яйцо отварное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
		1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Хлеб пшеничный	30	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Какао с молоком	180	1,40	1,60	17,70	91,00
		150	1,26	1,44	15,90	81,90
	Икра кабачковая (пром)	52	0,45	2,35	2,97	34,80
	Икра морковная	30	2,31	7,48	15,18	75,00
ОБЕД	Суп картофельный с крупой (рис)	200	2,55	3	12,42	85,65
		150	1,7	1,91	8,28	57,1
	Птица тушеная в соусе с овощами	146	7,51	4,81	13,88	129,10
		150	7,51	4,81	13,88	129,10
	Компот из свежих плодов	180	0,41	0,09	30,59	124,74
		150	0,33	0,07	25,49	103,95
	Хлеб пшеничный	59,036	3,04	0,32	19,68	94,00
		50	2,28	0,24	14,76	71,00
	Пирожок печенный из дрожжевого теста с капустой	70	0,45	2,35	2,97	34,80
		60	0,70	1,38	3,70	39,60
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,10	44,40
		150	0,06	0,02	9,99	40,00
	Итого за день	1455,58	33,91	30,96	187,05	1165,37
		1105	28,94	25,41	137,77	1114,51