

МЕНЮ

На 30 Октября 2025 год

| Прием пищи | Наименование блюд                                   | Выход Сад/Ясли | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал    |
|------------|-----------------------------------------------------|----------------|-------|-------|----------|---------|
| ЗАВТРАК    | Каша жидкая молочная манная                         | 180/4          | 3,60  | 4,00  | 119,12   | 99,30   |
|            |                                                     | 150/3,5        | 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   |
| ОБЕД       | Котлеты или биточки рыбные                          | 70             | 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 Пшеничная 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   |
|            | Компот из свежих плодов (яблоки)                    | 180            | 0,08  | 0     | 20,03    | 80,46   |
|            |                                                     | 150            | 0,066 | 0     | 16,7     | 67,05   |
|            | Хлеб пшеничный                                      | 21,68          | 1,9   | 0,2   | 12,3     | 59,0    |
|            |                                                     | 20             | 1,52  | 0,16  | 10,0     | 47,0    |
|            | Хлеб ржаной                                         | 36,05          | 1,98  | 0,36  | 10,02    | 52,2    |
|            |                                                     | 30             | 1,98  | 0,36  | 10,02    | 52,2    |
| ПОЛДНИК    | Шанежка наливная                                    | 60             | 7,90  | 9,90  | 8,30     | 154,70  |
|            |                                                     | 60             | 5,90  | 7,40  | 6,20     | 116,00  |
|            | Молоко кипяченое                                    | 160            | 2,25  | 2,94  | 22,32    | 125,10  |
|            |                                                     | 150            | 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 |