



МЕНЮ

На 5 Июня 2026 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная манная	150/3,75	3,46	4,57	19,76	134,00
		130/3,25	3,00	3,96	17,13	116,13
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным 72,5 %	20/7	2,62	3,42	29,53	159,27
		15/5	1,96	2,56	22,14	119,45
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	16,00	65,00
		150	0,15	0,00	12,00	48,75
II ЗАВТРАК						
	Борщ с картофелем и капустой	200	1,45	3,93	10,20	85,00
		150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Пампушка с чесноком	20/6	4,5	7,9	16,5	132
		20/6	4,5	7,9	16,5	132
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски.	200	15,81	19,69	11,59	286,80
		160	12,65	15,75	9,27	229,44
	Кисель из повидла.	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	25,12	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	34,45	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Крендель с сахаром	60	4,31	7,94	36,76	235,64
		60	4,31	7,94	36,76	235,64
	Молоко кипяченое	240	4,35	3,45	7,4	80,75
		150	4,35	3,75	7,4	80,75
	Итого за день	1465,602	37,57	36,85	158,57	1243,06
		1098	30,61	35,17	125,72	1080,11