

МЕНЮ
20 Октября 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	180/2	1,64	3,82	16,90	109,00
		150/1,5	1,42	3,31	14,65	97,47
	Булочка витаминно-йодированная	24,2	2,75	0,55	26,80	139,00
		25	2,75	0,55	26,80	139,00
	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 (1 вариант)	180	2,81	2,39	12,75	83,90
		150	2,34	2,00	10,63	70,00
II ЗАВТРАК						
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,6	2,18	16,7	93,0
		150	1,2	1,64	13,0	69,75
	Бигос (мясо отварной говядины, тушенное с капустой)	145	14,44	27,03	8,93	336,71
		150	14,44	27,03	8,93	336,71
	Компот из свежих плодов(Яблоко)	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		150	0,42	0,00	20,50	83,88
	Хлеб пшеничный	29,43	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	30,454	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Яйцо отварное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
		1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Икра кабачковая (пром) Икра морковная	45,454	0,45	2,35	2,97	34,80
		30	0,27	1,41	1,78	20,88
	Хлеб пшеничный	15	2,66	0,28	17,22	82,25
		10	1,52	0,16	9,84	47,00
	Чай с сахаром	180	0,07	0,02	11,10	44,40
		150	0,06	0,02	9,99	40,00
	Итого за день		33,63	47,14	183,1	1293,64
	Итого за день	1339,258				
		1133,25	30,55	44,12	153,79	1139,54