

МЕНЮ

На 29 Мая 2026 год.



Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная манная с маслом сливочным	180/4	4,50	2,25	32,55	168,75
		150/3,5	3,0	1,50	21,70	112,50
	Бутерброд с повидлом	20/7/12,81	2,62	3,42	29,53	159,27
		15/5/10	1,96	2,56	22,14	119,45
	Чай с молоком 2,5%	150	2,97	2,6	15,92	98,8
		135	2,67	2,34	14,33	89
II-ЗАВТРАК						
	Борщ с капустой и картофелем	200	2,25	6,12	15,00	124,12
		150	1,40	3,70	9,00	75,50
	Пампушки с чесноком	20	4,50	7,90	16,20	132,00
		20	4,50	7,90	16,20	132,00
	Рыба тушеная в томате с овощами	79/70	13,76	7,56	21,41	208,76
		50/50	11,01	6,05	17,13	167,01
	Каша рассыпчатая гречневая	130/4,5	6,31	4,47	28,34	178,75
		110/4	6,31	4,47	28,34	178,75
	Компот из свежих плодов	180	0,08	0,00	20,03	80,46
		150	0,07	0,00	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	35,7	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	33,16	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Шанежка наливная	60	1,97	9,19	12,08	139,20
		60	1,97	9,19	12,08	139,20
	Молоко кипяченое	200	0,10	0	15,00	60,00
		150	0,08	0	11,25	45,00
	Итого за день	1362	34,95	48,93	186,02	1411,40
		1135	28,07	39,19	122,33	1143,21