



МЕНЮ

На 3 апреля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,17	4,69	16,95	130,70
		150	4,31	3,91	14,13	108,90
	Сыр порциями 50% жирности	15	3,55	4,55	0,00	55,00
		7	2,40	3,03	0,00	36,60
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		10	0,76	0,08	4,92	23,50
	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирности (1 вариант)	200	3,12	2,66	14,17	93,30
		180	2,81	2,39	12,75	83,90
Обед	Суп из овощей	200	1,50	3,60	9,50	75,30
		150	1,10	2,70	7,10	56,00
	Котлеты или биточки рыбные	70/30	8,87	2,85	6,22	86,33
		50/30	6,34	2,04	4,44	61,66
	Соус сметанный	30	1,32	1,50	1,76	22,23
		30	1,32	1,50	1,76	22,23
	Картофель отварной	130	2,48	3,75	19,95	123,37
		110	2,10	3,17	16,88	104,39
	Компот из лимонов	180	0,33	0,07	25,49	103,95
		150	0,41	0,09	30,59	124,74
	Хлеб пшеничный	37	3,04	0,32	19,68	94,00
		20	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2,44	0,12	45	0,59
		30	1,98	0,36	12,90	60,60
Полдник	Запеканка из творога 5% жирности	120	21,05	14,46	20,58	348,00
		100	17,54	12,05	17,15	247,00
	Соус молочный сладкий	30	0,58	1,36	3,98	30,45
		30	0,58	1,36	3,98	30,45
	Какао с молоком 2,5% жирности (1 вариант)	200	4,20	3,63	7,28	118,67
		180	3,67	3,19	15,82	107,00
	Итого за день	1434	47,28	38,25	188,40	1186,88
		1155	44,16	36,97	163,44	1159,08