

МЕНЮ

На 10 апреля 2025 год



Прием пищи	Наименование блюда	Выход сад/ясли	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	С	
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	180	2,88	4,58	19,32		129,60
		150	2,40	3,82	16,10		108,00
	Сыр порционными 50% жирности	11	3,55	4,55	0,00		55,00
		10,6	2,40	3,03	0,00		36,60
	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,84		47,00
		10	0,76	0,08	4,92		23,50
	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
	Плоды свежие или сок фруктовый	105	0,40	0,40	9,80		44,00
		105	0,40	0,40	9,80		44,00
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,21	13,08		107,80
		150	3,29	3,16	9,79		80,85
	Гренки из пшеничного хлеба	30	3,74	0,48	22,82		110,46
		20	2,49	0,32	15,21		73,64
	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
	Рагу из овощей	130	1,97	9,19	12,08		139,20
		110	1,67	7,78	10,22		117,80
	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,43	0,25	12,66		54,61
		150	0,36	0,21	10,55		45,51
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38		35,25
		10	0,76	0,08	4,92		23,50
	Хлеб ржано-пшеничный	34	2,44	0,44	15,91		74,74
		30	1,98	0,36	12,90		60,60
	Шанежка наливная	60	4,69	4,14	30,28		177,19
		60	4,69	4,14	30,28		177,19
Полдник	Молоко кипяченое 2,5% жирности	200	6,11	5,44	10,11		113,30
		150	4,58	4,08	7,58		85,00
	Всего за день: сад	1444	45,81	40,28	187,14		1331,45
	Всего за день: ясли	1175	28,43	86,13	453,82		1251,48