

МЕНЮ

На 31 Марта 2025 год



Прием пищи	Наименование блюда	Выход сад/ясли	Б	Ж	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Яйцо вареное	1\40	5,10	4,60	63,00
		1\40	5,10	4,60	63,00
	Свекла, тушеная в соусе	150	1,40	3,80	71,10
		100	1,10	3,10	56,90
	Бутерброд с повидлом	20\15\5	2,62	3,42	159,27
		15\10\5	1,96	2,56	119,45
	Чай с лимоном	200\11\8	0,13	0,02	45,50
		150\7\4	0,07	0,01	29,00
	Биточки рубленые из птицы	70\5	12,49	2,57	98,00
		50\5	8,93	1,84	70,00
Обед	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,76	3,65	143,40
		110	4,03	3,09	121,30
	Рассольник ленинградский	200	1,68	4,09	96,60
		150	1,18	1,64	54,45
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,50	0,00	100,66
		150	1,26	3,07	72,45
	Хлеб пшеничный	35	3,04	0,32	94,00
		20	2,28	0,24	70,50
	Хлеб ржано-пшеничный	37	2,44	0,44	74,74
		30	1,98	0,36	60,60
	Ватрушка с творогом (5% жирности)	75	9,51	4,03	168,00
		60	7,61	3,22	134,40
	Какао с молоком 2,5% жирности (1 вариант)	200	4,20	3,63	118,67
		180	3,67	3,19	107,00
Полдник	Всего за день: сад	1450	46,47	26,77	1161,84
	Всего за день: ясли	1156	38,07	23,82	902,15