

"22" сентября 2025г

МЕНЮ

САД						
ЗАВТРАК	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Э
	Яйцо отварное	40	5.080	4.600	0.280	62.800
	Макароны отворные с маслом сливочным Крестьянское	150/3	5.640	3.000	35.724	198.315
	Икра кабачковая	60	0.600	4.200	0.600	58.200
	Чай с сахаром	180/8	0.003	0.000	8.800	33.920
	Батон к обеду" Рябинушка"	30	2.100	0.900	15.000	116.000
	Итого за завтрак:	471	13.423	12.700	60.034	431.385
ОБЕД	Суп из овощей с фасолью со сметаной	200/10	2.770	7.310	14.850	147.100
	Голубцы ленивые	190	17.570	11.510	22.702	278.333
	Компот из смеси сухофруктов	180/8	0.360	0.000	19.340	77.120
	Хлеб ржаной/ пшеничный	50/20	5.400	1.400	32.000	169.100
	Итого за обед:	658	26.100	20.220	88.892	671.653
ПОЛДНИК	Зразы картофельные со сметаной	200/15	6.300	24.930	41.960	376.790
	Хлеб пшеничный	30	2.1	0.900	15.000	78.600
	Помидор свежий	40	0.720	0.000	1.880	10.800
	Напиток из плодов шиповника	180/8	0.360	0.000	19.340	77.120
	Итого за полдник:	473	9.450	22.830	78.178	516.310
УЖИН	Булочка из сдобного теста	80	5.910	3.389	38.338	214.238
Итого за день:		1682	54.883	59.139	265.442	1833.586
ЗАВТРАК	ЯСЛИ					
	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Э
	Омлет натуральный с маслом сливочным Крестьянское	80/3	0.210	5.650	0.034	51.732
	Икра кабачковая	50	0.500	3.500	0.500	48.500
	Батон к обеду Рябинушка	20	1.400	0.600	10.000	52.400
	Чай с сахаром	150/7	0.020	0.000	7.500	28.780
	Итого за завтрак:	310	2.130	9.750	18.034	181.412
ОБЕД	Суп из овощей с фасолью со сметаной	180/7,5	2.003	5.475	10.628	103.350
	Голубцы ленивые	135	13.060	8.270	16.337	199.570
	Компот из смеси сухофруктов	150/7	0.300	0.000	16.450	65.530
	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/20	2.640	0.400	13.600	72.400
	Итого за обед:	539	18.003	14.145	57.015	440.850
ПОЛДНИК	Зразы картофельные	200/15	6.270	24.930	41.958	376.790
	Помидор свежий	35	0.630	0.000	1.645	9.450
	Хлеб пшеничный	20	1.400	0.600	10.000	52.400
	Напиток из плодов шиповника	150/7	0.300	0.000	17.450	69.320
	Итого за полдник:	427	8.600	22.530	70.053	477.170
УЖИН	Булочка из сдобного теста	60	4.670	3.030	28.488	61.635
Итого за день:		1446	33.403	49.455	173.590	1161.067

Если 147-51 Стоимость питания 1 ребенка в день Сад 148-84