

"12" января 2026г

МЕНЮ

	САД					
	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Э
ЗАВТРАК	Яйцо отварное	40	5.080	4.600	0.280	62.800
	Икра кабачковая	60	0.600	4.200	0.600	58.200
	Макароны отварные с маслом сливочны Крестьянское	150/3	5.640	3.010	35.724	198.275
	Батон йодированный Рябинцшка	30	2.100	0.900	15.000	116.000
	Чай с сахаром	180/8	0.003	0.000	8.000	33.920
	Итого за завтрак:	471	13.423	12.700	60.404	469.235
ОБЕД	Суп из овощей	200	2.112	4.128	12.214	82.050
	Биточки из мяса говядины с маслом	70/4	11.797	13.840	10.624	217.086
	Овощи отварные с жиром (морковь)	120	2.300	3.470	5.979	65.571
	Компот из смеси сухофруктов	180/8	0.360	0.000	19.340	77.120
	Хлеб ржаной/ пшеничный	50/30	4.700	1.100	27.000	142.900
	Итого за обед:	648	21.267	22.533	75.157	584.727
ПОЛДНИК	Шницель натуральный из рыбы минтая	80	13.080	9.230	5.750	160.512
	Картофель отварной с маслом сливочным	150/5.2	3.130	10.480	26.822	162.736
	Хлеб пшеничный	30	2.100	0.900	15.000	78.600
	Кофейный напиток с молоком	180/9	1.260	1.1130	11.115	57.510
	Итого за полдник:	483	23.520	45949.000	58.880	452.296
УЖИН	Кондитерские изделия	40	2.800	1.200	20.000	104.800
Итого за день:		1642	61.01	45985.433	214.441	1611.058
ЯСЛИ						
ЗАВТРАК	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	40	0.400	2.800	0.400	38.800
	Батон йодированный	20	1.400	0.600	10.000	52.400
	Чай с сахаром	150/7	0.020	0.000	7.000	26.530
	Итого за завтрак:	300	2.030	9.050	17.434	169.462
ОБЕД	Суп из овощей	180	1.740	3.700	9.973	68.870
	Биточки из мяса говядины с маслом	60/3.4	10.480	11.620	9.104	183.928
	Овощи отварные с жиром (морковь)	120	2.300	3.470	5.979	65.571
	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:	580	17.460	19.190	55.106	456.299
ПОЛДНИК	Шницель натуральный из рыбы минтая	60	9.830	5.820	4.332	111.696
	Картофель отварной с маслом сливочным Крестьянское	120	2.420	8.100	20.792	125.920
	Хлеб пшеничный	20	1.400	0.600	10.000	52.400
	Кофейный напиток с молоком	150/7	1.120	1.000	8.880	47.330
	Итого за полдник:	361	14.770	15.520	44.004	337.346
УЖИН	Кондитерские изделия	40	2.800	1.200	20.000	104.800
Итого за день:		1281	37.06	44.96	136.5443	1067.9072

Ясли 136-71 Стоимость питания 1 ребенка в день Сад 156-15