

"13" января 2026г

МЕНЮ

САД						
	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Э
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная геркулесовая с маслом сливочным Крестьянское	200/5	5.740	7.350	23.630	184.870
	Какао с молоком	180/8	2.660	2.380	13.465	83.510
	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское (батон Рябинушка)	30/5	2.130	5.030	15.040	116.000
	Итого за завтрак:	428	10.530	14.760	52.135	268.496
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем, сметаной	200/10	2.395	6.690	9.760	117.950
	Фрикадельки из мяса говядины в соусе	70/30	13.880	16.080	14.790	277.029
	Каша гречневая рассыпчатая	150	5.430	4.800	34.382	208.071
	Напиток из плодов шиповника	180/8	0.360	0.000	19.340	77.120
	Хлеб ржаной/ пшеничный	50/20	4.700	1.100	27.000	142.900
	Итого за обед:	718	25.205	25.020	101.497	752.867
ПОЛДНИК	Ленивые вареники с маслом сливочным Крестьянское	140/7	21.820	7.110	76.474	317.026
	Кефир	180	5.040	2.700	8.460	93.600
	Итого за полдник:	327	26.860	9.810	84.934	410.626
УЖИН	Фрукты свежие (яблоко)	100	0.400	0.000	10.000	45.000
Итого за день:		1573	62.995	49.59	248.566	1476.989
ЯС.ЛИ						
	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Э
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная геркулесовая с маслом сливочным	150/4	4.59	5.74	19.318	148.62
	Какао с молоком	150/8	1.120	1.000	9.880	51.120
	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское (батон Рябинушка)	20/5	1.430	4.730	10.040	89.800
	Итого за завтрак:	337	7.140	11.470	39.238	155.782
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем, сметаной	180/ 7,5	1.430	4.180	5.459	61.010
	Фрикадельки из мяса говядины в соусе	60/50	10.34	11.71	10.659	200.285
	Каша рассыпчатая (гречневая)	120	4.73	3.91	29.954	178.816
	Напиток из плодов шиповника	150/7	0.300	0.000	17.450	69.320
	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/20	2.640	0.400	13.600	72.400
	Итого за обед:	614	19.310	20.360	75.744	567.649
ПОЛДНИК	Ленивые вареники с маслом сливочным Крестьянское	140/7	21.820	7.110	76.474	317.026
	Кефир	150	4.200	2.250	7.050	78.000
	Итого за полдник:	297	26.020	9.360	83.524	395.026
УЖИН	Фрукты свежие (яблоко)	100	0.400	0.000	10.000	45.000
Итого за день:		1348	52.87	41.19	208.506	1163.457

Ясли 155-71 Стоимость питания 1 ребенка в день Сад 168-15