

"18" марта 2026г

МЕНЮ

САД						
	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Э
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным" Крестьянское"	200/5	5.960	7.370	25.000	191.570
	Кофейный напиток с молоком	180/8	1.260	1.130	10.115	53.720
	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское (батон Рябинущка)	30/5	2.130	5.030	15.040	116.000
	Итого за завтрак:	428	13.250	17.580	50.155	412.290
ОБЕД	Борщ с капустой, картофелем, сметаной	200/10	3.012	6.931	15.156	143.490
	Зразы из мяса говядины фаршированные рисом в соусе	70/50	10.430	40.960	14.272	171.846
	Пюре из моркови	150	5.430	4.800	34.382	208.071
	Напиток из плодов шиповника (витаминный)	180/8	0.360	0.000	19.340	77.120
	Хлеб ржаной/пшеничный	50/30	5.400	1.400	32.000	169.100
	Итого за обед:	738	21.575	54.830	84.136	636.446
ПОЛДНИК	Шницель натуральный из рыбы минтая	60	9.830	5.820	4.332	111.696
	Картофель отварной с маслом сливочным Крестьянское	150	3.130	10.480	26.822	162.736
	Хлеб пшеничный	30	2.100	0.900	15.000	78.600
	Чай с сахаром и лимоном	180/8/7	0.003	0.000	8.800	33.920
	Итого за полдник:	445	22.263	15.880	57.565	432.496
УЖИН	Печенье	40	2.800	1.200	20.000	104.800
Итого за день:		1651	59.888	89.49	211.856	1586.032
ЯСЛИ						
	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Э
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным" Крестьянское"	150/4	5.430	5.820	24.622	134.750
	Кофейный напиток с молоком	150/7	1.120	1.000	8.880	47.330
	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское (батон Рябинущка)	20/5	1.430	4.730	10.040	89.800
	Итого за завтрак:	336	7.980	11.550	34.662	224.550
ОБЕД	Борщ с капустой, картофелем, сметаной	180/7,5	1.430	4.180	5.459	61.010
	Зразы из мяса говядины фаршированные рисом в соусе	60/30	9.690	6.090	11.205	135.500
	Пюре из моркови с маслом сливочным	120	2.390	4.130	6.997	75.802
	Напиток из плодов шиповника (витаминный)	150/7	0.300	0.000	16.450	65.530
	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/20	4.040	1.000	23.600	124.800
	Итого за обед:	619.5	17.850	15.400	47.261	397.112
ПОЛДНИК	Шницель натуральный из рыбы минтая	60	9.830	5.820	4.332	111.696
	Картофель отварной с маслом сливочным Крестьянское	120/4	2.420	8.100	20.792	125.920
	Хлеб пшеничный	20	1.400	0.600	10.000	52.400
	Чай с сахаром и лимоном	150/7/5	0.020	0.000	7.500	28.780
	Итого за	377	13.670	14.520	35.124	290.016
УЖИН	Печенье	40	2.800	1.200	20.000	45.000
Итого за день:		1372.5	42.3	42.67	137.047	956.678

Ясли 133-71 Стоимость питания 1 ребенка в день Сад 159-15