

"20" января 2026г

МЕНЮ

САД						
АК	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Э
	Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным	200/5	7.670	7.530	35.880	245.170
	Кофейный напиток с молоком	180/8	1.260	1.130	10.115	53.720
	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский	30/15/5	6.030	9.080	15.040	167.000
	Итого за завтрак:	443	15.0	17.700	61.0	465.900
ОБЕД	Борщ с капустой, картофелем, сметаной	200/10	2.400	6.690	9.766	117.986
	Запеканка картофельная с печенью говядины	190	6.810	34.286	36.676	364.582
	Соус красный основной	50	0.443	0.853	2.203	18.530
	Напиток из плодов шиповника	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:	708	15.413	43.229	99.985	747.318
ПО	Фрикадельки рыбные из рыбы минтая с томатным соусом	70/30	10.110	3.130	7.150	99.083
	Рис отварной	150	5.650	4.820	35.742	214.771
	Хлеб пшеничный	30	2.100	0.900	15.000	78.600
	Чай с сахаром и лимоном	180/8/7	0.003	0.000	8,8	33.920
	Итого за полдник:	475	18.583	8.850	68.572	437.174
УЖИН	Фрукты свежие	100	0.400	0.000	10.000	45.000
Итого за день:		1726	49.396	69.779	239.557	1695.392
АК	ЯСЛИ					
	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Э
	Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным	150/4	5.000	5.780	21.902	121.350
	Кофейный напиток с молоком	150/7	1.120	1.000	8.880	47.330
	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский	20/5/10	4.300	7.430	10.040	123.800
	Итого за завтрак:	346	10.150	14.210	40.822	292.480
	Борщ с капустой, картофелем, сметаной	180/ 7,5	1.960	5.706	7.717	96.105
ОБЕД	Запеканка картофельная с печенью говядины с маслом сливочным	150	5.970	28.796	29.879	296.369
	Соус красный основной	30	0.250	0.052	1.322	11.118
	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:	584	11.120	34.954	69.968	545.312
	Фрикадельки рыбные из рыбы минтая с томатным соусом	70/30	10.110	3.130	7.150	99.083
ПО	Хлеб пшеничный	20	1.400	0.600	10.000	52.400
	Рис отварной	120	4.510	3.890	28.594	172.116
	Чай с сахаром и лимоном	150/7/5	0.020	0.000	7.000	26.530
	Итого за полдник:	402	18.583	8.850	68.572	437.174
УЖИН	Фрукты свежие	100	0.400	0.000	10.000	45.000
Итого за день:		1432	40.253	58.014	189.362	1319.966

Если 144-71 Стоимость питания 1 ребенка в день Сад 163-15