

"29" января 2026г

МЕНЮ

САД						
	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Э
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшеничная с маслом сливочным	200/5	6.390	7.410	27.720	204.970
	Чай с сахаром	180/8	0.003	0.000	8.800	33.920
	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское (батон Рябинущка)	30/5	2.130	5.030	15.040	116.000
	Итого за завтрак:	428	8.523	12.440	51.560	354.890
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	200/10	2.300	102.050	10.484	120.570
	Запеканка из печени с рисом	210	13.198	29.090	51.559	457.143
	Компот из смеси сухофруктов	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:	678	20.558	132.240	108.383	797.733
ПОЛДНИК	Сырники из творога	130	24.020	6.290	13.466	306.790
	Соус молочный сладкий	50	0.95	2.55	4.78	45.466
	Кисель молочный	180	3.720	3.330	24.451	113.550
	Итого за полдник:	360	28.690	12.180	41.697	462.016
УЖИН	Фрукты свежие (яблоко)	100	0.400	0.000	10.000	45.000
Итого за день:		1566	58.171	156.86	211.64	1659.639
ЯС.ЛИ						
	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Э
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшеничная с маслом сливочным Крестьянское	150/4	5.630	5.960	25.265	179.360
	Чай с сахаром	150/7	0.020	0.000	7.000	26.530
	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское (батон Рябинущка)	20/5	1.430	4.730	10.040	89.800
	Итого за завтрак:	336	6.943	10.556	42.070	293.090
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	180/ 7,5	1.870	5.990	8.371	98.513
	Запеканка из печени с рисом	165	6.720	23.060	24.931	251.625
	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:	569	11.530	29.450	63.352	488.068
ПОЛДНИК	Сырники из творога	130	24.020	6.290	13.466	306.790
	Соус молочный сладкий	50	0.95	2.55	4.78	45.466
	Кисель молочный	150	3.080	2.750	21.170	97.350
	Итого за полдник:	330	28.050	11.600	38.416	445.816
УЖИН	Фрукты свежие (яблоко)	100	0.400	0.000	10.000	45.000
Итого за день:		1335	46.923	51.606	153.838	1271.974

Ясли 166-71 Стоимость питания 1 ребенка в день Сад 175-15