

МЕНЮ
На 20 Мая 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным	150/3,75	1,64	3,82	16,90	109,00
		130/3,25	1,42	3,31	14,65	97,47
	Бутерброд с повидлом и маслом сливочным	41,69	2,62	3,42	29,53	159,27
		30	1,96	2,56	22,14	119,45
	Какао с молоком(1 вариант)	180	3,67	3,19	15,82	107,00
		150	3,15	2,72	12,96	89,00
II ЗАВТРАК	Плоды свежие(яблоки)	1/110	0,40	0,00	19,00	78,00
		1/110	0,40	0,00	19,00	78,00
ОБЕД	Рассольник Ленинградский	200	1,68	4,09	13,27	96,60
		150	1,26	3,07	9,95	72,45
	Бигос (мясо отварной говядины, тушенное с капустой)	150	14,44	27,03	8,93	336,71
		150	14,44	27,03	8,93	336,71
	Компот из свежих плодов (Яблоки)	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	33,588	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,52	0,16	9,84	47,00
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	30,23	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Пирожок печенный из дрожжевого теста с карофелем и луком	60	3,91	4,7	23,75	153
		60	3,91	4,7	23,75	153
	Чай с лимоном	200	0,2	0	16	65
		150	0,15	0	12	48,75
	Итого за день	1339,258	33,63	47,14	183,1	1293,64
		1133,25	30,55	44,12	153,79	1139,54