



МЕНЮ

На 28 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша молочная манная	180/4	4,50	2,25	32,55	168,75
		150/3,5	3,0	1,50	21,70	112,50
	Бутерброд с повидлом	40	2,62	3,42	29,53	159,27
		30	1,96	2,56	22,14	119,45
	Чай с молоком 2,5%	200	2,97	2,6	15,92	98,8
		180	2,67	2,34	14,33	89
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	1/97,744	0,4	0	19	78
		1/94,744	0,4	0	19	78
ОБЕД	Икра свекольная	50	1,15	3,40	7,70	66,00
		30	0,69	2,04	4,62	39,60
	Борщ Ставропольский	200	2,25	6,12	15,00	124,12
		150	1,40	3,70	9,00	75,50
	Пампушка с чесноком	20/6	4,50	7,90	16,20	132,00
		20/6	4,50	7,90	16,20	132,00
	Сельдь с луком	49	5,10	6,60	2,30	89,00
		49	5,10	6,60	2,30	89,00
	Пюре картофельный(с маслом сливочным)	130	2,65	4,16	17,71	118,95
		110	2,25	3,52	14,98	100,65
	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	17,212	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	31,858	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Рагу из овощей	125,45	1,97	9,19	12,08	139,20
		110	1,67	7,78	10,22	117,80
	Чай с сахаром	200/11	0,10	0	15,00	60,00
		150/7	0,08	0	11,25	45,00
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,50
	Итого за день	1362	34,95	48,93	186,02	1411,40
		1135	28,07	39,19	122,33	1143,21