

МЕНЮ

На 29 Мая 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	180/4	3,60	4,00	119,12	99,30
		150/3,5	2,40	3,00	79,40	66,20
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Чай с молоком	200	2,97	2,6	15,92	98,8
		180	2,67	2,34	14,33	89
II ЗАВТРАК						
ОБЕД	Свекольник	200	1,79	3,87	13,67	96,97
		150	1,34	2,9	10,25	72,73
	Котлета рыбная	69	8,52	8,16	9,24	144,00
		50	6,09	5,83	6,60	102,80
	Соус сметанный	30	0,525	1,60	2,30	25,50
		30	0,525	1,60	2,30	25,50
	Кисель из повидла	180	0,08	0	20,03	80,46
		150	0,066	0	16,7	67,05
	Хлеб пшеничный	32,176	1,9	0,2	12,3	59,0
		20	1,52	0,16	10,0	47,0
	Хлеб ржаной	32,125	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Омлет натуральный (с маслом сливочным)	80/5	7,90	9,90	8,30	154,70
		60/3	5,90	7,40	6,20	116,00
	Кондитерские изделия (печенье)	22	2,25	2,94	22,32	125,10
		22	2,25	2,94	22,32	125,10
	Кефир 2,5%	150	4,20	3,28	6,13	70,89
		150	4,20	3,28	6,13	70,89
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,50
	Итого за день	1439	43,58	42,42	179,22	1385,22
		1165	35,36	37,93	147,74	1261,69