

# МЕНЮ

На 23 июля 2025 год

| Прием пищи | Наименование блюд                        | Выход Сад/ Ясли | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал    |
|------------|------------------------------------------|-----------------|-------|-------|----------|---------|
| ЗАВТРАК    | Суп молочный с гречневой крупой          | 180             | 4,33  | 4,57  | 15,14    | 119,16  |
|            |                                          | 150             | 3,61  | 3,81  | 12,62    | 99,3    |
|            | Хлеб пшеничный                           | 20              | 1,52  | 0,16  | 9,84     | 47,00   |
|            |                                          | 15              | 1,14  | 0,12  | 7,38     | 35,25   |
|            | Сыр полутвердый "Российский" (порциями)  | 15              | 3,55  | 4,55  | 0,00     | 55,00   |
|            |                                          | 10              | 2,40  | 3,03  | 0,00     | 36,60   |
|            | Чай с молоком                            | 200             | 2,97  | 2,60  | 15,92    | 98,80   |
|            |                                          | 180             | 2,67  | 2,34  | 14,33    | 89,00   |
| II ЗАВТРАК | Молоко кипяченое 2,5 % жирности          | 150             | 4,58  | 4,08  | 7,58     | 85,00   |
|            |                                          | 150             | 4,58  | 4,08  | 7,58     | 85,00   |
| ОБЕД       | Икра кабачковая                          | 50              |       |       |          |         |
|            |                                          | 30              |       |       |          |         |
|            | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200             | 2,15  | 2,27  | 13,71    | 83,80   |
|            |                                          | 150             | 1,61  | 1,70  | 10,28    | 62,85   |
|            | Плов из птицы                            | 150             | 14,17 | 11,96 | 25,08    | 264,40  |
|            |                                          | 150             | 14,17 | 11,96 | 25,08    | 264,40  |
|            | Кисель из повидла                        | 180             | 0,08  | 0,00  | 20,03    | 80,46   |
|            |                                          | 150             | 0,07  | 0,00  | 16,70    | 67,05   |
|            | Хлеб пшеничный                           | 40              | 3,04  | 0,32  | 19,68    | 94,00   |
|            |                                          | 30              | 2,28  | 0,24  | 14,76    | 70,50   |
|            | Хлеб ржаной                              | 37              | 2,47  | 0,45  | 12,52    | 65,25   |
|            |                                          | 30              | 1,98  | 0,36  | 10,02    | 52,2    |
| ПОЛДНИК    | Пирожок, печенный с каапустой            | 60              | 3,63  | 4,70  | 23,75    | 153,00  |
|            |                                          | 60              | 3,63  | 4,70  | 23,75    | 153,00  |
|            | Чай с лимоном                            | 180             | 5,00  | 3,93  | 7,35     | 85,06   |
|            |                                          | 150             | 4,20  | 3,28  | 6,13     | 70,89   |
|            | Итого за день                            | 1262            | 39,36 | 30,96 | 163,02   | 1090,93 |
|            |                                          | 1075            | 35,36 | 28,51 | 141,05   | 964,44  |