

МЕНЮ

На 23 мая 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,17	4,69	16,95	130,70
		150	4,31	3,91	14,13	108,90
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Сыр полутвердый «Российский» 50 % жирности	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	Плоды свежие (Яблоки)	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
		1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
ОБЕД						
	Борщ Ставропольский	200	1,45	3,93	10,20	85,00
		150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Пампушки с чесноком	20	1,20	0,80	8,40	43,10
		20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Рыба, тушенная в сметанном соусе	100	10,11	7,99	129,31	229,44
		100	10,11	7,99	129,31	229,44
	Пюре картофельное	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	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Рагу из овощей	130	1,97	9,19	12,08	139,2
		110	1,67	7,78	10,22	117,8
	Кондитерские изделия (вафли)	30	2,25	2,94	22,32	125,1
		15	1,12	1,47	11,16	62,50
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
	Чай с лимоном	200/11\8	0,13	0,02	11,30	45,50
		150/7\4	0,07	0,01	7,10	29,00
	Итого за день	1412	23,00	26,57	147,26	922,11
		1165	21,27	25,76	134,50	854,06