

МЕНЮ

На 30 мая 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой манной	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
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Чай с лимоном	200\11\8	0,13	0,02	11,3	45,5
		180\10\7	0,07	0,01	7,1	29,00
II ЗАВТРАК	Флоды свежые (Яблоки)	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
		1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
ОБЕД						
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,2	85,0
		150	1,09	2,95	7,65	61,5
	Пампушки с чесноком	20	1,2	0,8	8,4	43,1
		20	1,2	0,8	8,4	43,1
	Зразы рыбные рубленые	70	9,41	4,66	10,54	121,34
		50	6,72	3,33	7,53	86,67
	Пюре картофельное	130	2,65	4,16	17,71	118,95
		110	2,25	3,52	14,98	100,65
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,0	24,66	100,66
		150	0,42	0,0	20,5	83,88
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		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	Омлет натуральный	80\5	7,52	13,46	1,51	157,00
		60\3	5,73	11,04	1,10	127,00
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
	Молоко кипяченое 2,5% жирности	200	6,11	5,44	10,11	113,30
		150	4,58	4,08	7,58	85,00
	Итого за день	1374	39,21	37,91	143,37	1072,26
		1110	29,79	30,16	110,74	832,45