

Меню 14 июля 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

170

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
<u>Завтрак 1</u>					
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	134	155,1	4,3	6	20,8
Чай с молоком и сахаром	200	48	1,4	1,11	8
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	30	75	2,5	0,27	21
<u>Завтрак 2</u>					
Напиток из свежих плодов	150	43	0,1	0,1	10,3
Кондитерское изделие (печенье)	30	51,3	0,48	0,42	9,6
<u>Обед</u>					
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	18	0,25	1,4	1,1
Щи из свежей капусты с картофелем	155	62,4	3	3,3	5,1
Котлеты из рыбы "Аппетитные" с соусом	70	114,8	8,1	5,7	6,9
Каша рисовая рассыпчатая	110	104	2,75	2,64	27,5
Чай с сахаром и лимоном	150	27	0,01	0,03	6,5
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	30	86	2,44	0,5	22
<u>Полдник</u>					
Запеканка из творога с повидлом	130	180	21,75	15,75	27,6
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6

Повар-бригадир

Медицинский работник

Меню 14 июля 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

170

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
<u>Завтрак 1</u>					
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	155	179	5	7	24
Чай с молоком и сахаром	200	48	1,4	1,11	8
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	45	112,5	3,78	0,4	31,5
<u>Завтрак 2</u>					
Напиток из свежих плодов	180	46,8	0,18	0,09	11,34
Кондитерское изделие (печенье)	30	51,3	0,48	0,42	9,6
<u>Обед</u>					
Салат из свежих помидоров и огурцов	50	30	0,41	2,35	1,85
Щи из свежей капусты с картофелем	185	78,42	4,17	4,17	6,12
Котлеты из рыбы "Аппетитные" с соусом	80	137,2	9,7	6,8	8,2
Каша рисовая рассыпчатая	130	122,9	3,29	3,98	32,5
Чай с сахаром и лимоном	180	32,4	0,01	0,03	7,8
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	40	142,5	4,1	0,82	36,6
<u>Полдник</u>					
Запеканка из творога с повидлом	150	207,6	24,4	17,7	31
Чай с сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52

Повар-бригадир

Медицинский работник