

21 января 2026 г.

Меню 21 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
<u>Завтрак 1</u>					
Каша рисовая молочная (жидкая)	134	140,4	3,3	5,2	20
Чай с сахаром и лимоном	200	73	2,8	2,2	10,4
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	40	100	3,3	0,36	28
<u>Завтрак 2</u>					
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
<u>Обед</u>					
Свекольник	150	118	6,04	4,8	9,6
Макаронные изделия отварные	110	96,3	2,56	2,75	15,3
Салат из белокачанной капусты	30	27	0,7	1,4	3,1
Котлеты рубленые из птицы с соусом	70	98	8,33	12,45	9,13
Компот из смеси сухофруктов	150	36	0,7	0,03	8,2
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	30	85,5	2,4	0,5	21,99
<u>Полдник</u>					
Ватрушка с творогом	60	163	6,5	4,3	23,2
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Каша манная молочная жидкая	134	123	3,55	5,02	16

Повар бригадир

Медицинский работник

21 января 2026 г.

Меню 21 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
<u>Завтрак 1</u>					
Каша рисовая молочная (жидкая)	155	162	3,8	6	23
Чай с сахаром и лимоном	200	73	2,8	2,2	10,4
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	50	125,25	4,18	0,45	35,07
<u>Завтрак 2</u>					
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
<u>Обед</u>					
"Свекольник"	180	152,2	10,4	5,76	11,52
Макаронные изделия отварные	130	113,8	3,02	3,25	18
Салат из белокачанной капусты	50	45	1,17	2,34	5,17
Котлеты рубленые из птицы с соусом	80	117,6	9,99	14,9	10,9
Компот из смеси сухофруктов	180	45	0,81	0,04	102
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	50	142,5	4,1	0,82	36,6
<u>Полдник</u>					
Ватрушка с творогом	60	163	6,5	4,3	23,2
Чай с сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52
Каша манная молочная жидкая	155	141,6	4,16	5,92	18,5

Повар бригадир

Медицинский работник