

19 января 2026

19 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	134	155,1	4,3	6	20,8
Чай с молоком и сахаром	200	38	0,2	0,03	9,3
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	40	100	3,3	0,36	28
Завтрак 2					
Напиток "Апельсиновый"	150	46	0,5	0,1	10,1
Обед					
"Бумас аши" (Затируха)	150	198	5,7	4,2	34,5
Чикенбол с соусом	70	131	10,5	7,3	5,8
Каша гречневая рассыпчатая	110	114	6,16	3,96	25,37
Чай с сахаром и лимоном	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
Полдник					
Макаронные изделия с тертым сыром	110	194	7,5	8,4	21,5
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	15	37,5	1,25	0,13	10,5
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6

Повар бригадир
ООО "Общепит" г. Салавата

Медицинский работник

Согласовано
Заведующий

Детский сад № 54

19 января 2026 г.

Меню 19 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	155	179	5	7	24
Чай с молоком и сахаром	200	38	0,2	0,03	9,3
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	50	125,25	4,18	0,45	35,07
Завтрак 2					
Сок фруктовый	100	46	0,5	0,1	10,1
Обед					
"Бумас аши" (Затируха)	180	237	6,84	5,04	41,4
Чикенбол с соусом	80	149,7	12	8,34	6,62
Каша гречневая рассыпчатая	130	134,7	7,28	4,68	30
Чай с сахаром и лимоном	180	45	0,81	0,04	10,2
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
Полдник					
Макаронные изделия с тертым сыром	135	232	9,2	10	25,8
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Чай с сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52

Повар бригадир

Медицинский работник



Меню 20 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша "Артек" молочная жидкая	134	171	5	5	26,4
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,026	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	40	100	3,3	0,36	28
Завтрак 2					
Чай "Витаминизированный"	150	54	0,1	0,01	11
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Салат "Пестрый"	30	26	0,3	1,35	3,2
Рассольник ленинградский	155	62,4	3	3,3	5,1
Тефтели рыбные с соусом	70	105	5,2	6,4	6,72
Картофельное пюре	110	100	2,2	3,4	14,75
Компот из свежих плодов	150	43	0,1	0,1	10,3
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	30	85,5	2,4	0,5	21,99
Полдник					
Курник "Аппетитный"	70	187	11,2	15,6	23,1
Кефир с сахаром	150	96	4,1	4,2	10

Повар бригадир

ООО "Общепит" г. Салавата

Медицинский работник

Детский сад № 54



Меню 20 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша "Артек" молочная жидкая	155	197,3	5,8	5,7	30,5
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,026	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	50	125,25	4,18	0,45	35,07
Завтрак 2					
Чай "Витаминизированный"	180	74,7	0,45	0,18	9,2
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Салат "Пестрый"	50	43,33	0,5	2,25	5,33
Рассольник ленинградский	185	78,42	4,17	4,17	6,12
Тефтели рыбные с соусом	80	120	5,94	7,3	7,7
Картофельное пюре	130	118,2	2,68	4	17,42
Компот из свежих плодов	180	46,8	0,18	0,09	11,34
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	50	142,5	4,1	0,82	36,6
Полдник					
Курник "Аппетитный"	70	187	11,2	15,6	23,1
Кефир с сахаром	180	115,2	4,92	5,04	12

Повар бригадир

Медицинский работник

Директор



Меню 21 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
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
Завтрак 2					
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
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
Полдник					
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
ООО "Общепит" г. Салавата

Медицинский работник

Детский сад № 54



Меню 21 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
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
Завтрак 2					
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
"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
Полдник					
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

Яноз

Меню 22 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша молочная "Дружба"	134	150	4	5	21
Чай с молоком и сахаром	200	48	1,4	1,11	8
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	40	100	3,3	0,36	28
Завтрак 2					
Фрукты свежие	130	47,3	0,4	0,4	9,8
Обед					
Суп картофельный с лапшой домашней	150	104	6,8	5,9	5,9
Зразы школьные с соусом	70	134,4	7	8,8	6,5
Напиток "Апельсиновый"	150	54	0,1	0,1	11
Рагу из овощей	110	126,8	6,6	6,02	10,42
Хлеб пшеничный	20	50	0,18	14	50
Хлеб ржаной	30	85,5	2,4	0,5	21,99
Полдник					
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	134	185	5,8	7,2	24,3
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	15	37,5	1,25	0,13	10,5
Чай с молоком и сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6

Повар бригадир
ООО "Общепит" г. Салавата

Медицинский работник

Меню 22 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша молочная "Дружба"	155	173	4,6	5,8	24,2
Чай с молоком и сахаром	200	48	1,4	1,11	8
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	50	125,25	4,18	0,45	35,07
Завтрак 2					
Фрукты свежие	130	47,3	0,4	0,4	9,8
Обед					
Суп картофельный с лапшой домашней	180	125	8,2	7,11	7,02
Зразы школьные с соусом	80	161,3	8,4	10,65	7,8
Напиток "Апельсиновый"	180	54	0,1	0,01	11
Рагу из овощей	130	150	7,8	7,12	12,32
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	0,18	14	50
Хлеб ржаной	50	142,5	4,1	0,82	36,6
Полдник					
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	155	179	5	7	24
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Чай с молоком и сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52

Повар бригадир

Медицинский работник

Меню 23 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша молочная пшенная (жидкая)	134	150,7	4	5,1	22,2
Кофейный напиток на молоке	200	66	2	2	10
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	40	100	3,3	0,36	28
Завтрак 2					
Напиток "Витаминизированный"	150	49,05	0,6	0,05	8
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	155	64,4	2,52	3	7
Салат из моркови	30	30	0,3	1,4	4,4
Каша рисовая рассыпчатая	110	104	2,75	2,64	27,5
Биточки паровые с соусом	70	85	7,4	6	6,1
Компот из свежих плодов	150	43	0,1	0,1	10,3
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	30	85,5	2,4	0,5	21,99
Полдник					
Суп молочный с вермишелью	150	89	3,3	3,1	11,9
Чай сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	15	37,5	1,25	0,13	10,5

Повар бригадир

ООО "Общепит" г. Салавата

Медицинский работник

Детский сад № 54

Меню 23 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша молочная пшенная (жидкая)	155	180,8	4,8	6,12	26,6
Кофейный напиток на молоке	200	66	2	2	10
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	50	125,25	4,18	0,45	35,07
Завтрак 2					
Напиток "Витаминизированный"	180	49,05	0,6	0,05	8
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	185	76,8	3,02	3,78	8,46
Салат из моркови	50	50	0,5	2,3	7,3
Каша рисовая рассыпчатая	130	122,9	3,29	3,98	32,5
Биточки паровые с соусом	80	102	8,8	7,2	7,32
Компот из свежих плодов	180	46,8	0,18	0,09	11,34
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	20	50	1,65	11,34	14
Хлеб ржаной	50	142,5	4,1	0,82	36,6
Полдник					
Суп молочный с вермишелью	180	106,8	3,96	3,72	14,3
Чай сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	20	50	1,65	0,18	14

Повар бригадир

Медицинский работник

Янол

26 января 2026 г.

Меню 26 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша пшеничная молочная жидкая	134	171	5	5	26,4
Чай с сахаром	200	39,9	0	0	8,2
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	40	75	2,5	0,27	21
Завтрак 2					
Йогурт (для детского питания)	100	98	4,1	3,2	10
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Суп картофельный лапшой домашней	150	104	6,8	5,9	5,9
Курица тушенная в соусе	50	81,1	4,2	3,5	8,33
Каша гречневая рассыпчатая	110	114	6,16	3,96	25,37
Чай "Витаминизированный"	150	62,2	0,33	0,15	7,7
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
Полдник					
Макаронные изделия с тертым сыром	110	194	7,5	8,4	21,5
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	15	37,5	1,25	0,13	10,5
Чай с молоком и сахаром	150	36	1,1	0,8	6,2

Повар бригадир

ООО "Общепит" г. Салавата

Медицинский работник

Согласовано
Заведующий

Детский сад № 54

26 января 2026 г.

Меню 26 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша пшеничная молочная жидкая	155	197,3	5,8	5,7	30,5
Чай с сахаром	200	39,9	0	0	8,2
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	50	125,25	4,18	0,45	35,07
Завтрак 2					
Йогурт (для детского питания)	100	98	4,1	3,2	10
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Суп картофельный с лапшой домашней	180	125	8,2	7,11	7,02
Курица тушенная в соусе	70	113,5	5,9	4,9	11,7
Каша гречневая рассыпчатая	130	134,7	7,28	4,68	30
Чай "Витаминизированный"	180	74,7	0,45	0,18	9,2
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
Полдник					
Макаронные изделия с тертым сыром	135	232	9,2	10	25,8
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Чай с молоком и сахаром	180	43,2	1,26	1	7,2

Повар бригадир

Медицинский работник



Меню 27 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
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"	40	75	2,5	0,27	21
Завтрак 2					
Компот из свежих плодов	150	43	0,1	0,1	10,3
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Салат из моркови	30	30	0,3	1,4	4,4
Борщ из свежей капусты с картофелем	155	64,4	2,52	3	7
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	85,5	2,4	0,5	21,99
Полдник					
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

ООО "Общепит" г. Салавата

Детский сад № 54



Меню 27 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
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"	50	112,5	3,75	0,41	31,5
Завтрак 2					
Компот из свежих плодов	180	46,8	0,18	0,09	11,34
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Салат из моркови	50	50	0,5	2,3	7,3
Борщ из свежей капусты с картофелем	185	76,8	3,02	3,78	8,46
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	50	114	3,25	0,66	29,3
Полдник					
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

9202

Меню 28 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Омлет натуральный	130	226	11,6	19	2,2
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,026	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	40	100	3,3	0,36	28
Завтрак 2					
Фрукты свежие	130	47,3	0,4	0,4	9,8
Обед					
Суп картофельный с бобовыми и гречками	160	122	4	3,08	17,02
Котлеты рубленые из птицы с соусом	70	98	8,33	12,45	9,13
Салат "Витаминный"	30	34	0,7	1,8	3,8
Картофельное пюре	110	100	2,2	3,4	14,75
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	86	2,4	2,44	22
Полдник					
Суп молочный с пшеном	150	81	2,6	3,1	10,9
Булочка кунцевская	50	153	3,9	3,35	23,7
Чай с молоком и сахаром	150	36	1,1	0,8	6,2

Повар бригадир
ООО "Общепит" г. Салавата

Медицинский работник

Согласовано
Заведующий

Детский сад № 54

Меню 28 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Омлет натуральный	150	282	14,5	23	2,7
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,026	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	50	112,5	3,75	0,41	31,5
Завтрак 2					
Фрукты свежие	130	47,3	0,4	0,4	9,8
Обед					
Суп картофельный с бобовыми и гречками	195	146,5	4,8	3,7	20,42
Котлеты рубленые из птицы с соусом	80	117,6	9,99	14,9	10,9
Салат "Витаминный"	50	51	1,1	2,7	5,7
Картофельное пюре	130	118,2	2,68	4	17,42
Компот из смеси сухофруктов	180	45	0,81	0,04	102
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	35	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	50	114	3,25	0,66	29,3
Полдник					
Суп молочный с пшеном	180	97,2	3,12	3,72	13
Булочка кунцевская	50	153	3,9	3,35	23,7
Чай с молоком и сахаром	180	43,2	1,26	1	7,2

Повар бригадир

Медицинский работник

29 января 2026 г.

Меню 29 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша манная молочная жидкая	134	123	3,55	5,02	16
Чай с молоком и сахаром	200	48	1,4	1,11	8
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	40	100	3,3	0,36	28
Завтрак 2					
Напиток "Апельсиновый"	150	54	0,1	0,01	11
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	155	185	3	3,3	5,1
Тефтели из говядины с рисом с соусом	70	142,9	5,7	10,5	6,4
Макаронные изделия отварные	110	96,3	2,56	2,75	15,3
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	85,5	2,4	0,5	21,99
Полдник					
Булочка "Домашняя"	50	125	3,6	5,7	27,1
Суп молочная с крупой "Артек"	150	75	2	2,9	10,1
Чай сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6

Повар бригадир
ООО "Общепит" г. Салавата

Медицинский работник

Согласовано
Заведующий

29 января 2026 г.

Детский сад № 54

Меню 29 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша манная молочная жидкая	150	141,6	4,16	5,92	18,5
Чай с молоком и сахаром	200	48	1,4	1,11	8
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	50	125,25	4,18	0,45	35,07
Завтрак 2					
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Напиток "Апельсиновый"	150	54	0,1	0,01	11
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	185	78,42	4,17	4,17	6,12
Тефтели из говядины с рисом с соусом	80	171,4	6,8	12,6	7,6
Макаронные изделия отварные	130	113,8	3,02	3,25	18
Кисель витаминизированный "Киселек"	180	55,8	0,0018	0,0018	12,6
Хлеб пшеничный	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	50	114	3,25	0,66	29,3
Полдник					
Булочка "Домашняя"	70	175	5	8	38
Суп молочная с крупой "Артек"	180	90	2,4	3,6	12
Чай сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52

Повар бригадир

Медицинский работник

30 января 2026 г.

МАДОУ №64
г. Салавата

164

Меню 30 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша молочная "Дружба"	134	150	4	5	21
Какао с молоком	200	84	3,33	2,5	12
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	40	84	3,33	2,5	12
Завтрак 2					
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Рассольник ленинградский	155	63	2,82	3,6	9,2
Плов из курицы	130	178	12,3	15,94	20,54
Салат "Пестрый"	30	26	0,3	1,35	3,2
Компот из свежих плодов	150	43	0,1	0,1	10,3
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
Полдник					
Каша гречневая рассыпчатая с молоком	150	200	6,8	6,7	27,8
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	15	37,5	1,25	0,13	10,5

Повар бригадир

ООО "Общепит" г. Салавата

Медицинский работник

Согласовано

Заведующий

Детский сад № 54

Меню 30 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша молочная "Дружба"	155	173	4,6	5,8	24,2
Какао с молоком	200	84	3,33	2,5	12
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	50	125,25	4,18	0,45	35,07
Завтрак 2					
Чай с сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Рассольник ленинградский	185	75,2	2,89	4,41	11
Плов из курицы	150	205,4	14,2	18,39	23,7
Салат "Пестрый"	50	43,33	0,5	2,25	5,33
Компот из свежих плодов	180	46,9	0,18	0,09	11,34
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
Полдник					
Каша гречневая рассыпчатая с молоком	150	200	6,8	6,7	27,8
Чай с сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14

Повар бригадир

Медицинский работник