

Меню 4 августа 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

170

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая	Белки	Жиры	Углеводы
<i>Завтрак 1</i>					
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 "Валетек"	45	112,5	3,78	0,4	31,5
<i>Завтрак 2</i>					
Чай "Витаминизированный"	180	74,7	0,45	0,18	9,2
Кондитерское изделие (печенье)	30	51,3	0,48	0,42	9,6
<i>Обед</i>					
Салат из свежих помидоров и огурцов	50	30	0,41	2,35	1,85
Рассольник ленинградский на бульоне из	185	175,6	11,9	8,16	12,72
Тефтели рыбные с соусом	80	120	5,94	7,3	7,7
Картофельное пюре	130	118,2	2,68	4	17,42
Напиток из свежих плодов	180	52	0,12	0,12	12,4
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	40	114	3,25	0,66	29,3
<i>Полдник</i>					
Курник "Аппетитный"	70	187	11,2	15,6	23,1
Кефир с сахаром	180	115,2	4,92	5,04	12