

19 января 2026

19 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

164

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	38	0,2	0,03	9,3
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	40	100	3,3	0,36	28
<u>Завтрак 2</u>					
Напиток "Апельсиновый"	150	46	0,5	0,1	10,1
<u>Обед</u>					
"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
<u>Полдник</u>					
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

Медицинский работник

19 января 2026 г.

Меню 19 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

164

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	38	0,2	0,03	9,3
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	50	125,25	4,18	0,45	35,07
<u>Завтрак 2</u>					
Сок фруктовый	100	46	0,5	0,1	10,1
<u>Обед</u>					
"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
<u>Полдник</u>					
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