



**Меню 30 июня 2026 г.  
(для детей с аллергическими заболеваниями)**

**Стоимость питания в день (ясли)****164**

| Наименование блюда                               | Выход (г) | Энергетическая ценность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------------------------------------|-----------|-------------------------|-------|------|----------|
| <b>Завтрак 1</b>                                 |           |                         |       |      |          |
| Каша кукурузная без молока с маслом растительным | 134       | 123                     | 4,34  | 7,8  | 4,9      |
| Чай с сахаром                                    | 200       | 28,8                    | 0,2   | 0,48 | 6,64     |
| Хлебцы сладкие безглютеновые                     | 8         | 28,8                    | 0,2   | 0,48 | 6,64     |
| <b>Завтрак 2</b>                                 |           |                         |       |      |          |
| Напиток из свежих плодов                         | 150       | 43                      | 0,1   | 0,1  | 10,3     |
| Хлебцы сладкие безглютеновые                     | 8         | 28,8                    | 0,2   | 0,48 | 6,64     |
| <b>Обед</b>                                      |           |                         |       |      |          |
| Салат из свежих помидоров и огурцов              | 30        | 18                      | 0,25  | 1,4  | 1,1      |
| Щи из свежей капусты с картофелем, без моркови   | 150       | 62,4                    | 2,52  | 3,3  | 5,1      |
| Бифштекс паровой из филе индейки                 | 50        | 148                     | 4,9   | 7,2  | 4,2      |
| Пюре гороховое                                   | 110       | 180,5                   | 10,8  | 4,5  | 24,38    |
| Чай с сахаром                                    | 150       | 28                      | 0     | 0    | 6,15     |
| Хлебцы гречневые безглютеновые                   | 8         | 29                      | 0,96  | 0,24 | 5,6      |
| <b>Полдник</b>                                   |           |                         |       |      |          |
| Мясо отварное из филе индейки с бульоном         | 50        | 78                      | 4,5   | 4,6  | 0        |
| Чай с сахаром                                    | 150       | 28                      | 0     | 0    | 6,15     |
| Картофель отварной с маслом растительным         | 110       | 98,5                    | 2,2   | 2,42 | 16,5     |
| Хлебцы гречневые безглютеновые                   | 8         | 29                      | 0,96  | 0,24 | 5,6      |

Повар бригадир

Медицинский работник



**Меню 30 июня 2026 г.  
(для детей с аллергическими заболеваниями)**

**Стоимость питания в день (сад)****164**

| Наименование блюда                             | Выход (г) | Энергетическая ценность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------------------------------------|-----------|-------------------------|-------|------|----------|
| <b>Завтрак 1</b>                               |           |                         |       |      |          |
| Каша кукурузная без молока с маслом            | 155       | 142                     | 5     | 9    | 5,6      |
| Чай с сахаром                                  | 200       | 28,8                    | 0,2   | 0,48 | 6,64     |
| Хлебцы сладкие безглютеновые                   | 8         | 28,8                    | 0,2   | 0,48 | 6,64     |
| <b>Завтрак 2</b>                               |           |                         |       |      |          |
| Компот из свежих плодов                        | 150       | 43                      | 0,1   | 0,1  | 10,3     |
| Хлебцы сладкие безглютеновые                   | 8         | 28,8                    | 0,2   | 0,48 | 6,64     |
| <b>Обед</b>                                    |           |                         |       |      |          |
| Салат из свежих помидоров и огурцов            | 50        | 30                      | 0,41  | 2,35 | 1,85     |
| Щи из свежей капусты с картофелем, без моркови | 180       | 74,2                    | 4,14  | 6,12 | 74,2     |
| Бифштекс паровой из филе индейки               | 70        | 195                     | 6,8   | 9    | 13       |
| Пюре гороховое                                 | 130       | 213,3                   | 12,65 | 5,3  | 28,77    |
| Чай с сахаром                                  | 180       | 35,91                   | 0     | 0    | 7,38     |
| Хлебцы гречневые безглютеновые                 | 8         | 29                      | 0,96  | 0,24 | 5,6      |
| <b>Полдник</b>                                 |           |                         |       |      |          |
| Мясо отварное из филе индейки с бульоном       | 70        | 98                      | 4,8   | 5,6  | 0        |
| Чай с сахаром                                  | 180       | 35,91                   | 0     | 0    | 7,38     |
| Картофель отварной с маслом растительным       | 130       | 116,4                   | 2,6   | 2,86 | 19,5     |
| Хлебцы гречневые безглютеновые                 | 8         | 29                      | 0,96  | 0,24 | 5,6      |

Повар бригадир

Медицинский работник