

Меню 7 июля 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

170

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
<u>Завтрак 1</u>					
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 "Валетек"	30	75	2.5	0.27	21
<u>Завтрак 2</u>					
Чай "Витаминизированный"	150	62.2	0.33	0.15	7.7
Кондитерское изделие (печенье)	30	51.3	0.48	0.42	9.6
<u>Обед</u>					
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	18	0.25	1.4	1.1
Рассольник ленинградский на бульоне из птицы	155	146.3	9.9	6.8	10.6
Тефтели рыбные с соусом	70	105	5.2	6.4	6.72
Картофельное пюре	110	100	2.2	3.4	14.75
Напиток 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	86	2.44	0.5	22
<u>Полдник</u>					
Курник "Аппетитный"	70	187	11.2	15.6	23.1
Кефир с сахаром	150	96	4.1	4.2	10

Меню 7 июля 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

170

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
<u>Завтрак 1</u>					
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
<u>Завтрак 2</u>					
Чай "Витаминизированный"	180	74.7	0.45	0.18	9.2
Кондитерское изделие (печенье)	30	51.3	0.48	0.42	9.6
<u>Обед</u>					
Салат из свежих помидоров и огурцов	50	30	0.41	2.35	1.85
Рассольник ленинградский на бульоне из птицы	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
<u>Полдник</u>					
Курник "Аппетитный"	70	187	11.2	15.6	23.1
Кефир с сахаром	180	115.2	4.92	5.04	12