

Меню 14 июля 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

170

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	48	1.4	1.11	8
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	30	75	2.5	0.27	21
<u>Завтрак 2</u>					
Напиток из свежих плодов	150	43	0.1	0.1	10.3
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
Щи из свежей капусты с картофелем	155	62.4	3	3.3	5.1
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	86	2.44	0.5	22
<u>Полдник</u>					
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

Меню 14 июля 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

170

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	48	1.4	1.11	8
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	45	112.5	3.78	0.4	31.5
<u>Завтрак 2</u>					
Напиток из свежих плодов	180	46.8	0.18	0.09	11.34
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
Щи из свежей капусты с картофелем	185	78.42	4.17	4.17	6.12
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	40	142.5	4.1	0.82	36.6
<u>Полдник</u>					
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