

Детский сад № _____

30 января 2026 г.

**Меню 30 января 2026 г.
(с заболеванием аллергия на молочную
продукцию)**

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

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша безмолочная "Дружба" с маслом растительным	134	150,8	4,1	5,3	21,8
Чай с сахаром	200	25	0,1	0,03	9,1
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	30	75	2,5	0,27	21
Завтрак 2					
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Кондитерское изделие (печенье)	30	102,6	0,96	0,84	19,1
Обед					
Рассольник ленинградский без сметаны	150	83,4	2,82	3,6	9,2
Плов из курицы	130	178	12,3	15,96	20,54
Салат "Пестрый"	30	26	0,3	1,35	3,2
Компот из свежих плодов	150	43	0,1	0,1	10,3
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	30	86	2,44	0,5	22
Полдник					
Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным	110	164,3	6,16	3,96	25,37
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
ООО "Общепит" г. Салавата

Медицинский работник

Согласовано
Заведующий

Детский сад № _____

30 января 2026 г.

Меню 30 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)**164**

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша безмолочная "Дружба" с маслом растительным	155	174	4,7	6,1	25,1
Чай с сахаром	200	25	0,1	0,03	9,1
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	50	100	3,75	0,41	31,5
Завтрак 2					
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Кондитерское изделие (печенье)	30	102,6	0,96	0,84	19,1
Обед					
Рассольник ленинградский без сметаны	180	111,2	2,89	4,41	11
Плов из курицы	150	205,4	14,2	18,39	23,7
Салат "Пестрый"	50	43,33	0,5	2,25	5,33
Компот из свежих плодов	150	43	0,1	0,1	10,3
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	40	114,7	3,25	0,66	29,3
Полдник					
Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным	130	194,2	7,28	4,68	30
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	20	50	1,65	0,18	14
Чай с сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52

Повар бригадир

Медицинский работник