

Меню 27 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
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	40	75	2,5	0,27	21
Завтрак 2					
Компот из свежих плодов	150	43	0,1	0,1	10,3
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Салат из моркови	30	30	0,3	1,4	4,4
Борщ из свежей капусты с картофелем	155	64,4	2,52	3	7
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	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	30	85,5	2,4	0,5	21,99
Полдник					
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

ООО "Общепит" г. Салавата

Детский сад № ____

Меню 27 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
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	50	112,5	3,75	0,41	31,5
Завтрак 2					
Компот из свежих плодов	180	46,8	0,18	0,09	11,34
Кондитерское изделие	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Салат из моркови	50	50	0,5	2,3	7,3
Борщ из свежей капусты с картофелем	185	76,8	3,02	3,78	8,46
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	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	50	114	3,25	0,66	29,3
Полдник					
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