

28 января 2026 г.

Меню 28 января 2026 г.

Стоимость питания в день (ясли)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Омлет натуральный	130	226	11,6	19	2,2
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,026	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	40	100	3,3	0,36	28
Завтрак 2					
Фрукты свежие	130	47,3	0,4	0,4	9,8
Обед					
Суп картофельный с бобовыми и гречками	160	122	4	3,08	17,02
Котлеты рубленые из птицы с соусом	70	98	8,33	12,45	9,13
Салат "Витаминный"	30	34	0,7	1,8	3,8
Картофельное пюре	110	100	2,2	3,4	14,75
Компот из смеси сухофруктов	150	36	0,7	0,03	8,2
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	30	86	2,4	2,44	22
Полдник					
Суп молочный с пшеном	150	81	2,6	3,1	10,9
Булочка кунцевская	50	153	3,9	3,35	23,7
Чай с молоком и сахаром	150	36	1,1	0,8	6,2

Повар бригадир
ООО "Общепит" г. Салавата

Медицинский работник

Согласовано
Заведующий

28 января 2026 г.

Меню 28 января 2026 г.

Стоимость питания в день (сад)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Омлет натуральный	150	282	14,5	23	2,7
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,026	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	50	112,5	3,75	0,41	31,5
Завтрак 2					
Фрукты свежие	130	47,3	0,4	0,4	9,8
Обед					
Суп картофельный с бобовыми и гречками	195	146,5	4,8	3,7	20,42
Котлеты рубленые из птицы с соусом	80	117,6	9,99	14,9	10,9
Салат "Витаминный"	50	51	1,1	2,7	5,7
Картофельное пюре	130	118,2	2,68	4	17,42
Компот из смеси сухофруктов	180	45	0,81	0,04	102
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью	35	50	1,65	0,18	14
"Валетек"	50	114	3,25	0,66	29,3
Полдник					
Суп молочный с пшеном	180	97,2	3,12	3,72	13
Булочка кунцевская	50	153	3,9	3,35	23,7
Чай с молоком и сахаром	180	43,2	1,26	1	7,2