



МЕНЮ-ЯСЛИ/САД

27 июня 2025 год

Блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	35/5/ 35/5	2,75/ 2,75	4,68/ 4,68	17,5/ 17,5	124,8/ 124,8
Каша молочная «Дружба»	150/ 200	4,66/ 6,21	5,79/ 7,73	20,78/ 27,31	150,75/ 201,0
Какао с молоком	150/ 180	1,0/ 1,2	1,08/ 1,3	10,83/ 13,0	75,0/ 90,0
Итого:					350,55/ 415,8
Второй завтрак					
Яблоко	70/ 70	0,28/ 0,28	0,28/ 0,28	6,86/ 6,86	32,0/ 32,0
Обед					
Салат из свежей капусты с помидором	50/ 50	0,71/ 0,71	3,38/ 3,38	2,33/ 2,33	42,3/ 42,3
Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом курицы	180/ 200	4,3/ 6,45	3,9/ 5,16	17,51/ 21,92	115,8/ 163,0
Котлета рыбная	60/ 60	7,61/ 7,61	2,45/ 2,45	5,33/ 5,33	74,0/ 74,0
Соус красный основной	35/ 35	0,48/ 0,48	1,37/ 1,37	2,16/ 2,16	21,7/ 21,7
Картофельное пюре	100/ 100	2,04/ 2,04	3,49/ 3,19	12,05/ 12,05	94,66/ 94,66
Кисель из варенья с витамином С	150/ 180	0,6/ 0,8	0	16,7/ 22,2	67,1/ 78,4
Хлеб ржаной	30/ 30	1,98/ 1,98	0,36/ 0,36	10,26/ 10,26	54,3/ 54,3
Итого:					469,86/ 528,36
Полдник					
Ряженка	120/ 120	3,6/ 3,6	3,84/ 3,84	5,04/ 5,04	69,6/ 69,6
Пряник	50/ 50	2,75/ 2,75	2,9/ 2,9	38,2/ 38,2	183,0/ 183,0
Итого:					252,6/ 252,6
Итого за день:					1105,01/ 1228,76