

Меню приготавливаемых блюд на 18 марта 2026 года

Наименование блюда	Ясли					Сад				
	Выход блюда	Белки	Жиры	Угле-воды	Ккал.	Выход Блюда	Белки	Жиры	Угле-воды	Ккал.
Завтрак										
Каша Пшённая	153	3,77	7,05	19,95	182,99	203	5,8	8,4	29,28	215,28
Кофейный напиток	150	1,05	1,5	16,8	87	200	1,4	2	22,4	116
Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	30	3,22	1,36	13,06	82,2
Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	5	0,05	4,1	0,05	37,5
Итого за завтрак	328	7,01	13,55	45,5	362,29	438	10,47	15,86	64,79	450,98
2 завтрак										
СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0	0	9,6	40	80	0	0	9,6	40
Итого за 2 завтрак	80	0	0	9,6	40	80	0	0	9,6	40
Обед										
Суп картофельный с зеленым горошком	150	3,99	3,2	9,61	85,76	200	5,52	3,87	11,6	114,35
Куриная подлива	60	9,33	6,93	9,42	137,25	80	12,44	9,24	12,56	183
Рис рассыпчатый	100	1,96	3,6	9,8	82,25	120	2,28	4,2	11,34	95,96
Хлеб ржаной	32	2,11	0,38	10,37	52,8	40	2,64	0,48	12,96	66
Компот из сухофруктов	150	0,03	0	18,57	70,65	200	0,04	0	24,76	94,2
Итого за обед	512	17,42	14,11	67,37	428,11	660	22,92	17,79	73,22	553,51
Полдник совмещенный с ужином										
Шарлотка с печеньем	100	8,,32	10,8	45,75	312	120	9,98	12,96	54,9	374,4
Джем фруктовый	30	0	0	15	60	50	0	0	25	100
Вафля	40	5,1	4,6	0,3	63	40	5,1	4,6	0,3	63
Чай сладкий	150	0,15	0	10,5	36,48	200	0,2	0	14	48,64
Итого за полдник	320	13,57	15,4	71,55	471,48	410	15,28	17,56	94,2	586,04
Итого за день	1240	38	43	194	1302	1588	49	51	242	1631