

МЕНЮ

Сад 12 часов

Среда 10 декабря 2025 год

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,7	4,6	10,5	102,9	
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,2	5,8	25,8	175,5	
КАША гречневая жидкая (аллергики)	200					
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,5	1,1	8,2	48,9	
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)						
		11,4	11,5	44,5	327,3	
II Завтрак						
РЯЖЕНКА	100	3,0	1,0	4,2	40,1	
ГРУША (аллергики)	70					
		3,5	3,0	1,0	4,2	
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	60					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,7	5,4	11,9	117,9	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (аллергики)						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	19,0	9,7	2,7	195,7	
КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	50					
(аллергики)						
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,2	1,9	9,8	71,9	
Овощи тушеные (аллергики)						
КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА	180	0,1		26,4	104,5	
КОМПОТ ИЗ свежих груш (аллергики)						
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,8	61,2	
БАТОН	35	2,6	1,0	18,0	91,7	
		32,0	18,4	82,5	649,4	
Полдник						
ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ	150	7,6	20,7	5,2	239,3	
БИТОЧКИ ПШЕННЫЕ (аллергики)	125					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	5,1	9,8	110,0	
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)						
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ГРУША	80	0,3	0,2	8,2	37,6	
		13,8	26,0	23,2	386,9	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		46,0	47,4	130,9	1 150,8	

# МЕНЮ

Ясли 12 часов

Среда 10 декабря 2025 год

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		4,1	3,9	9,0	88,2
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ КАША гречневая жидкая (аллергики)	130		3,6	4,2	18,6	126,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180		1,5	1,1	8,2	48,9
			9,2	9,2	35,8	263,5
II Завтрак						
РЯЖЕНКА ГРУША (аллергики)	100 70		3,0	1,0	4,2	40,1
			3,5	3,0	1,0	4,2
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	30		0,2		0,5	3,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (аллергики)	150/15		4,6	4,4	10,5	100,6
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	50		11,9	6,0	1,7	122,4
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ Овощи тушеные (аллергики)	100		1,5	1,2	6,4	47,8
КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА КОМПОТ ИЗ свежих груш (аллергики)	150		0,1		22,2	87,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
			21,1	12,4	60,1	455,1
Полдник						
ОМЛЕТ С овощами БИТОЧКИ ПШЕННЫЕ (аллергики)	130 125		6,6	18,4	4,5	207,8
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180		5,3	4,6	8,8	99,0
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
ГРУША	70		0,3	0,2	7,2	32,9
			13,7	23,8	30,8	392,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47.0	46.4	130.9	1 150.8