

МЕНЮ 10
На «14» марта 2025 года

№ п/п	Наименование приема пищи	САД	на татаком языке				Энерг. цен.
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	ккал	
	ЗАВТРАК	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	
1	Каша пшѐнная молочная с маслом	200/3	8	6,6	26	195	
2	Кофейный напиток с молоком	180	1,22	1,34	11,94	65	
3	Бутерброд с сыром,маслом	25/7/3	4	6	12,83	122	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1	Фрукты свежие	85	0,34	0,34	11,27	49	
	ОБЕД						
1	Салат из свеклы и моркови	50	1,3	2,5	6	51	
2	Суп из овощей с курицей, со сметаной	200/15/6	3,5	7,8	19,7	163	
3	Гуляш из куриной грудки	45/45	7,56	5,7	3	130	
4	Рис отварной с овощами	130	5,5	5	23	129	
5	Компот из сухофруктов	180	0,18	0,1	25,8	89	
6	Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
	ПОЛДНИК						
1	Вафли	21	3,2	6,2	42,3	237	
2	Молоко кипяченое	110	2,5	2,75	4	51	
3	Омлет натуральный	140	8,5	8,68	13,6	167	
4	Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20	
5	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	

Старшая медсестра : _____ Мutowкина А.А.

МЕНЮ 10
На «14» марта 2025 года

№ п/п	Наименование приема пищи	ЯСЛИ	на территории Приволжского района г. Казани				Энергетическая ценность	Витамины
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	ккал		
	ЗАВТРАК	выход						
1	Каша пшеничная молочная с маслом	150/3	5,8	4,5	16,2	128		
2	Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55		
3	Бутерброд с сыром,маслом	25/5/3	3,5	5,95	12,9	119,6		
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Фрукты свежие	85	0,34	0,34	11,27	49		
	ОБЕД							
1	Салат из свеклы и моркови	30	0,8	2	3,6	35,6		
2	Суп из овощей с курицей, со сметаной	150/10/5	3	5,8	14,7	121		
3	Гуляш из куриной грудки	40/40	5,9	6	7,2	106		
4	Рис отварной с овощами	110	4,4	4	17,8	125		
5	Компот из сухофруктов	150	0,15	0,1	21,5	87		
6	Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66		
	ПОЛДНИК							
1	Вафли	21	11,3	3,2	29	150		
2	Молоко кипяченое	100	2,3	2,5	3,6	46		
3	Омлет натуральный	130	7,89	8,06	12,63	155		
4	Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18		
5	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,8	47		

Старшая медсестра : _____ Мutowкина А.А.