

МЕНЮ
28 мая 2026 г.

Завтрак:

| Наименование блюдо | Масса Порции | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | Витамин | |
|---|-----------------|--------|------------------|------|------|------|----------|-------|----------------------------|--------|---------|------|
| | ясли | сад | белки | | жиры | | Углеводы | | Ккал | | С | |
| | | | Я | С | Я | С | Я | С | ясли | сад | ясли | сад |
| <i>Каша пшенная молочная с маслом сливочным</i> | 140/3 | 180/3 | 3,83 | 5,17 | 2,34 | 5,33 | 19,46 | 24,92 | 117,34 | 184,24 | 0,00 | 0,00 |
| <i>Чай с молоком, сахаром</i> | 180/6 | 180/6 | 3,03 | 3,03 | 2,40 | 2,40 | 10,48 | 10,48 | 75,76 | 75,76 | 1,38 | 1,38 |
| <i>Бутерброд с сыром, с маслом сливочным</i> | 25/5/5 | 30/5/5 | 2,53 | 3,61 | 5,69 | 5,83 | 12,92 | 15,49 | 115,67 | 128,77 | 0,04 | 0,07 |

2-ой Завтрак:

| | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-----------|-----------|
| <i>Фрукты</i> | 100 | 100 | 0,90 | 0,90 | 0,20 | 0,20 | 8,10 | 8,10 | 43,00 | 43,00 | 60,0 0 | 60,0 0 |
|---------------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-----------|-----------|

Обед:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|--------|--------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------|----------------|-----------------|-----------------|-------------------|-------------------|
| <i>Капуста тушеная</i> | 40 | 60 | 0,81 | 1,22 | 1,47 | 2,21 | 3,16 | 4,74 | 30,80 | 46,20 | 6,83 | 10,2 5 |
| <i>Суп-лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы</i> | 150/10 | 180/10 | 3,88 | 4,19 | 5,18 | 5,85 | 7,01 | 8,40 | 95,65 | 109,54 | 0,54 | 0,60 |
| <i>Рыба, тушеная с овощами</i> | 40/20 | 50/25 | 3,20 | 9,75 | 10,59 | 10,59 | 21,70 | 21,70 | 105,00 | 196,18 | | |
| <i>Пюре картофельное</i> | 120 | 140 | 2,45 0,50 | 2,86 0,60 | 3,84 0,07 | 4,48 0,08 | 16,35 17,34 | 19,08 20,81 | 109,80 73,33 | 128,10 68,18 | 14,5 3 0,54 | 16,9 6 0,65 |
| <i>Напиток из сухофруктов</i> | 150 | 180 | 1,52 | 2,28 | 0,16 | 0,24 | 9,84 | 14,77 | 47,00 | 70,57 | | |
| <i>Хлеб пшеничный</i> | 20 | 30 | 2,31 | 2,97 | 0,42 | 0,54 | 0,42 | 13,85 | 17,84 | 69,23 | | |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 35 | 45 | | | | | | | | | | |

Полдник:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|
| <i>Кисломолочный напиток (катык)</i> | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,54 |
|--|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|

Ужин:

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|---------|---------|------|------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Вак балиш с рисом и мясом</i> | 90 | 90 | 7,02 | 7,02 | 10,35 | 10,35 | 28,62 | 28,62 | 234,63 | 234,63 | | |
| <i>Чай с сахаром и лимоном</i> | 150/5/5 | 180/6/7 | 0,10 | 0,13 | 0,02 | 0,03 | 5,18 | 6,23 | 21,78 | 26,48 | 2,24 | 2,83 |