

МЕНЮ  
30 апреля 2026 г.

## Завтрак

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

## 2-ой Завтрак:

Фрукты	100	100	0,90	0,90	0,20	0,20	8,10	8,10	43,00	43,00	60,00	60,00
--------	-----	-----	------	------	------	------	------	------	-------	-------	-------	-------

## Обед:

Капуста тушеная	40	60	0,81	1,22	1,47	2,21	3,16	4,74	30,80	46,20	6,83	10,25
Суп-лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы	150/10	180/10	3,83	4,19	5,18	5,85	7,01	8,40	95,65	109,54	0,54	0,60
Рыба, тушеная с овощами												
Пюре картофельное	40/20	50/25										
Напиток из сухофруктов	120	140										
Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	150	180	3,20	9,75	10,59	10,59	21,70	21,70	105,00	196,18		
	20	30	2,45	2,86	3,84	4,48	16,35	19,08	109,80	128,10	14,53	16,96
	35	45	0,50	0,60	0,07	0,08	17,34	20,81	73,33	68,18	0,54	0,65
			1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,77	47,00	70,57		
			2,31	2,97	0,42	0,54	0,42	13,85	17,84	69,23		

## Подник:

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

## Ужин:

Вак балиш с рисом и мясом	90	90	7,02	7,02	10,35	10,35	28,62	28,62	234,63	234,63		
Чай с сахаром и лимоном	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