

МЕНЮ
11 июня 2026 г.

Наименование блюд	Масса		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Вита
	Порции		белки		жиры		Угл-ды		Ккал		С
	ясли	сад	я	с	я	с	я	с	ясли	сад	ясли

Завтрак:

<i>Каша пшеничная 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
<i>Чай с молоком, сахаром</i>	180/6	180/6	3,03	3,03	2,4	2,4	10,48	10,48	75,76	75,76	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

2-ой Завтрак:

<i>Фрукты свеж(апельсин)</i>	100	100	0,9	0,9	0,2	0,2	8,1	8,1	43	43	60
------------------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	----	----	----

Обед:

<i>Салат капуста тушеная</i>	40	60	0,81	1,22	1,47	2,21	3,16	4,74	30,8	46,2	6,83
<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	8,4	95,65	109,54	0,54
<i>Рыба тушеная с овощами</i>	40/20	50/25	3,2	9,75	10,59	10,59	21,7	21,7	105	196,18	
<i>Пюре картофельное</i>	120	140	2,45	2,86	3,84	4,48	16,35	19,08	109,8	128,1	14,53
<i>Напиток из сухофруктов</i>	150	180	0,5	0,6	0,07	0,08	17,34	20,81	73,33	68,18	0,54
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,77	47	70,57	0
<i>Хлеб ржаной</i>	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19	0

Полдник:

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

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	0
<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	150/5/5	180/6/7	0,1	0,13	0,02	0,03	5,18	6,23	21,78	26,48	2,24
итого:			36,43	48,95	46,48	52,63	180,31	208,74	1215	1492,8	86,55

аю
ИНЧЭЧ»
а Л.М

МИН
сад

0
1,38
0,07

60

10,25
0,6
16,96
0,65
0
0

0,54

0
2,83
93,28