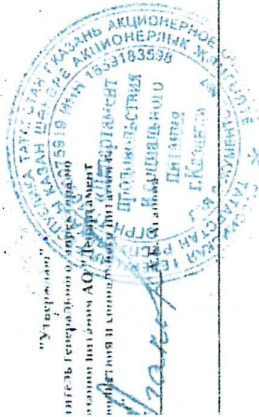


Мено на 03 июни 2026

Детского сада № 1
"Расточка"



Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества, (г.)				Энергетич. ценность, кКал	рецептуры	№
		Белки	Жиры	Углеводы	кКал			
Яйца вареные	150/3	5.00	5.63	16.50	116.50	Иртенге аш	1776	
Макарон с маслом	100/3	7.00	8.50	23.00	196.50			
Мол с мясной сарарым	100/4	2.3	2.3	11.9	41.8			
Молочная с макарон	150/5	1.90	4.4	13	99			
Сыр вареный	25/5	1.90	4.4	13	99			
II Завтрак	115	1.63	0.10	15.00	64.0	Иртенге аш	1776	
Обед						Төшке аш		
Рыба вареная	50	0.25	0.03	0.57	3.39			
Суп овощной	100/10	1.00	6.80	3.00	24.00			
Картофель вареный	100/15	5.00	9.00	3.40	116.00			
Макаронные изделия	50	4.40	2.30	4.00	100.00			
Из картофеля	70	6.10	10.80	3.00	124.00			
Макаронные изделия	110	4.10	3.60	2.50	149.40			
Салат из капусты	150	0.50	0.15	14.50	57.10			
Суп овощной	30	0.75	0.3	11.3	66			
Полдник						Подник		
Творог вареный	40	2.64	3.36	24.08	134.00			
Яблоко	100	2.90	2.50	4.10	53.60			
Чай вареный	100	2.50	2.30	0.15	31.50			
Молочная макаронная	100	2.75	2.25	21	107			
Макаронные изделия	150/4	0.5	0.25	0.4	25.9			
Суп овощной	30	1.6	0.1	9.8	47			

ин.м.с. Ласточкина Е.И. *Е.И. Ласточкина*

Ш.Ф.повар *Вера*

Ш.Ф.повар Е.И.