



МЕНЮ

13 июля 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,63	2,41	15,18	90,52
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,57	1,16	9,31	54,34
-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	0,54	3,36	6,77	60,36
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,32	44,71
Итого		9,60	9,55	40,72	280,58
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША	111	2,16	2,38	10,24	70,69
Итого		2,16	2,38	10,24	70,69
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,45	1,99	2,44	37,76
-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,96	3,81	9,84	93,83
-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	65	7,61	4,44	12,22	110,43
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	1,61	5,00	10,60	102,10
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50
СОК ФРУКТОВЫЙ	183	0,91	0,18	18,43	78,48
Итого		18,74	16,33	74,86	528,89
Полдник					
-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,83	2,31	2,96	18,50
-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	160	14,81	10,81	15,33	218,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,09	1,70	9,43	61,79
-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	45	2,10	2,19	22,09	99,69
Итого		21,49	17,23	60,41	449,81
Всего		51,99	45,49	186,23	1 329,97