



МЕНЮ
29 июля 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,00	5,43	17,75	120,96
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,43	0,55	9,80	49,95
-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	5,98	24,34
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,51	3,22	7,98	76,61
Итого		9,05	9,20	41,51	271,86
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША	109	2,12	2,34	10,04	69,29
Итого		2,12	2,34	10,04	69,29
Обед					
-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	0,71	2,22	3,41	36,76
-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	180/5	3,83	3,43	20,30	120,72
-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	12,42	7,41	2,63	127,10
-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110/3	1,71	3,15	18,45	90,04
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,37	0,18	8,74	42,07
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,43	0,55	9,80	49,95
-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,48	0,08	14,00	58,69
Итого		21,95	17,02	77,33	525,33
Полдник					
-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	29	0,24	0,03	0,50	3,82
-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	7,43	5,24	6,90	98,70
КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	140	1,33	5,21	17,60	119,54
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,72	0,23	11,00	52,90
-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	145	3,30	2,84	14,05	95,75
ВАФЛИ	25	0,69	0,81	19,08	87,40
Итого		14,71	14,36	69,13	458,11
Всего		47,83	42,92	198,01	1 324,59