

МЕНЮ

22 сентября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,73	9,91	25,97	225,14
-КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,94	1,52	9,18	58,87
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,00	4,11	17,35	108,47
Итого		11,52	15,73	60,10	432,80
II Завтрак					
БАНАНЫ		0,85	0,19	7,60	40,32
Итого		94	0,85	0,19	7,60
Обед					
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,42	0,05	2,96	6,76
-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	200	3,27	2,00	19,16	132,10
-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,95	6,87	6,63	132,06
-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,29	5,57	13,66	114,81
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,32	0,31	14,86	71,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	18,02	91,85
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,32	0,13	10,03	44,79
Итого		22,20	15,95	85,32	593,87
Полдник					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	1,00	2,50	11,10	53,28
-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С АБРИКОСОВЫМ СОУСОМ	175/20	7,85	6,43	21,89	180,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	2,39	3,05	22,90	130,33
Итого		18,82	17,45	80,13	541,44
Всего		55,04	52,16	238,72	1 659,04