

МЕНЮ
14 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ № 03/10	180	5,04	6,73	33,09	213,70
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ б/м (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 07/3	180	4,11	4,36	15,02	116,88
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	42	3,12	0,25	20,54	96,98
Итого		12,27	11,34	68,65	427,56
II Завтрак					
СНЕЖОК 2,5 ЖИРНОСТИ №07/19	180	5,40	1,80	7,56	72,00
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ б/м (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		5,40	1,80	7,56	72,00
Обед					
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ № 01/13	200	7,06	9,54	13,81	166,01
СВЕКОЛЬНИК б/м (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №02/26	150	2,94	4,78	23,76	150,13
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ Б/М (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ №02/14	80	18,00	7,70	2,36	150,50
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ Б/М (аллергики)	80	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	19,40	78,00
ХЛЕБ РЖАНО-ЗАВАРНОЙ 06/2	49	3,26	0,43	20,90	100,54
Итого		31,26	22,45	80,23	645,18
Уплотненный полдник					
ПЕЧЕНЬЕ № 06/7	20	1,48	1,88	14,88	81,40
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ №02/6	140	24,37	13,03	34,57	357,63
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ б/м (аллергики)	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ б/м (аллергики)	80	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ №07/2	180	2,58	2,72	13,54	89,61
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	30	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого		30,65	17,81	77,59	597,56
Всего		79,58	53,40	234,03	1 742,30