

Меню на 14 июля 2025 г.

Утверждаю
Заведующий

Н.С. Соколова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г ясли	Энергетическая ценность, ккал ясли	Вес блюда, г сад	Энергетическая ценность, ккал сад	Замена для детей с пищевой аллергией
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150	144,4	180	173,3	Каша пшеничная жидкая, каша гречневая
	Хлеб пшеничный	15	35,4	20	47,2	
	Масло (порциями)	5	43	5	43	
	Чай с молоком	180	89	200	98,9	Чай с сахаром
	Итого	354	301,2	414	369,8	
Второй завтрак	Кисель из повидла	150	75	180	90	Чай с сахаром
	Итого	150	75	180	90	
Обед	Суп картофельный с крупой	150	66,23	200	88,30	Суп картофельный
	Макароны отварные	110	123,2	150	168	Макароны отварные без масла, картофель отварной
	Гуляш из отварного мяса	90	185,4	90	185,4	Рыба отварная
	Хлеб пшеничный	15	35,4	25	59	
	Хлеб дарницкий	20	40	20	40	
	Компот из сушеных фруктов	150	54	200	72	
	Итого	535	504,23	705	612,7	
Уплотненный полдник	Пудинг из творога с рисом	120	268	150	336	Рыба отварная
	Морковь тушеная	120	90,4	150	113	Морковь припущенная
	Повидло порциями	10	26,2	20	52,4	
	Хлеб пшеничный	20	47,2	25	59	
	Хлеб дарницкий	15	30	20	40	
	Какао с молоком	150	80,3	200	107	Чай с сахаром
	Итого	435	542,1	565	707,4	
Итого за день		1474	1422,53	1844	1779,9	

Стоимость питания: ясли 130,67 руб
сад 170,00 руб

Рекомендация для родителей: включить в рацион питания свежие фрукты и соки