

Меню на 16 июля 2025 г.

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 манная молочная жидкая	150	160	180	192	Каша пшеничная, каша рисовая
	Хлеб пшеничный	15	35,4	20	47,2	
	Масло (порциями)	5	43	5	43	
	Кофейный напиток с молоком	180	90,9	200	101	Чай с сахаром
	Итого	350	329,3	405	383,2	
Второй завтрак	Молоко кипяченое	150	85	180	102	Чай с сахаром
	Итого	150	85	180	102	
Обед	Суп картофельный с клецками	165	89,98	220	119,9	Суп картофельный
	Капуста тушеная	120	108,8	150	136	
	Котлета из говядины	60	145,8	75	182,3	Рыба отварная
	Хлеб пшеничный	20	47,2	20	47,2	
	Хлеб дарницкий	20	40	25	50	
	Компот из сушеных фруктов	150	54	200	72	
	Итого	535	485,78	690	607,4	
Уплотненный полдник	Суп молочный с крупой	150	120	200	160	Каша пшенная, гречневая
	Ватрушка с творогом	60	208,5	80	278	Булочка Домашняя
	Хлеб пшеничный	15	35,4	20	47,2	
	Хлеб дарницкий	15	30	20	40	
	Чай с повидлом	165	58,82	220	78,42	
	Итого	405	452,72	540	603,62	
	Итого за день	1540	1396,8	1940	1751,22	

Стоимость питания: ясли 126,03 руб
сад 153,59 руб

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

