

Меню на 22 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 молочная ассорти	130	80,35	150	120,5	Каша ассорти, каша пшеничная молочная, каша рисовая молочная
	Омлет натуральный	85	123,9	105	153,0	Яйцо вареное
	Хлеб пшеничный	15	35,4	20	47,2	
	Чай с сахаром	180	36	200	40	
	Итого	380	275,65	475	360,7	
Второй завтрак	Кефир	150	75	180	90	Чай с сахаром
	Итого	150	75	180	90	
Обед	Суп Крестьянский	150	84,35	200	112,67	Суп Крестьянский без сметаны, крупы
	Пюре из свеклы	120	121,6	150	152	
	Котлета из птицы	50	142,1	60	170,5	Котлета из птицы без хлеба, рыба отварная
	Хлеб пшеничный	30	70,8	35	82,6	
	Хлеб дарницкий	15	30	20	40	
	Компот из сушеных фруктов	150	54	200	72	
	Итого	150	502,85	665	629,77	
Уплотненный полдник	Пюре картофельное	120	116	150	145,00	Картофель отварной
	Суфле из рыбы	60	208,9	70	243,7	Рыба тушеная с овощами
	Хлеб дарницкий	20	40	25	50	
	Кофейный напиток с молоком	180	90,9	200	101	Чай с сахаром
	Итого	380	455,8	445	539,7	
	Итого за день	1425	1309,3	1765	1620,17	

Стоимость питания: ясли 132,76 руб
сад 161,19 руб

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