

Меню на 3 июля 2025 г.

Утверждаю
Заведующий



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 пшенная молочная жидкая	130	124,1	150	143,2	Каша пшенная жидкая, каша гречневая Яйцо вареное
	Омлет натуральный	85	123,9	105	153,0	
	Хлеб пшеничный	15	35,4	20	47,2	
	Чай с сахаром	150	30	200	40	
	Итого	380	313,4	475	383,4	
Второй завтрак	Молоко кипяченое	150	85	180	102	Чай с сахаром
	Итого	150	85	180	102	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	180	80,2	200	89,1	Картофель отварной, рыба тушеная с овощами
	Картофельная запеканка с мясом	150	269,1	160	287	
	Соус томатный	35	30,24	50	43,2	
	Хлеб пшеничный	15	35,4	30	70,8	
	Хлеб дарницкий	15	30	25	50	
	Компот из сушеных фруктов	150	54	200	72	
	Итого	510	507,97	665	612,1	
Уплотненный полдник	Морковь припущенная	122	98,4	153	123	Чай с сахаром
	Ватрушка с повидлом	60	222,1	80	296,1	
	Хлеб пшеничный	20	47,2	20	47,2	
	Хлеб дарницкий	20	40	20	40	
	Какао с молоком	150	80,3	200	107	
	Итого	372	488	473	613,3	
Итого за день		1447	1385,34	1793	1710,8	

Стоимость питания: ясли 119,82 руб
сад 136,58 руб

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