

Утверждаю

Руководитель _____

Горохова О.А.

(подпись)

(расшифровка подписи)

МЕНЮ

на 15.01.2026

ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликозиды, г	Вит. С, мг	
ЗАВТРАК						
Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом	150	3.76	5.01	20.25	141.09	0.990
Хлеб с сыром	20	1.32	0.18	7.60	39.80	0.000
Чай с молоком	150	1.12	1.22	8.06	46.60	0.510
ОБЕД						
Салат из отварного картофеля с огурцами	30	0.45	2.05	2.90	32.00	1.446
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1.58	1.59	10.05	60.92	4.440
Капуста тушеная *	110	2.42	8.68	10.62	131.11	52.921
Биточки (котлеты) из мяса кур	50	9.32	9.73	7.39	155.86	0.975
Напиток из шиповника	150	0.38	0.15	14.86	67.77	112.575
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
ПОЛДНИК						
Омлет с картофелем (запеченный)	110	7.51	7.26	10.84	139.08	11.682
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000

МЕНЮ

на 15.01.2026

ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликозиды, г	Вит. С, мг	
ЗАВТРАК						
Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом	180	4.52	6.01	24.30	169.31	1.188
Хлеб с сыром	30	1.98	0.27	11.40	59.70	0.000
Чай с молоком	180	1.35	1.46	9.67	55.93	0.612
ОБЕД						
Салат из отварного картофеля с огурцами	50	0.75	3.42	4.84	53.34	2.410
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1.89	1.91	12.06	73.10	5.328
Капуста тушеная *	130	2.86	10.26	12.54	154.95	62.543
Биточки (котлеты) из мяса кур	70	13.05	13.63	10.35	218.20	1.365
Напиток из шиповника	180	0.45	0.18	17.84	81.32	135.090
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
ПОЛДНИК						
Омлет с картофелем (запеченный)	130	8.88	8.58	12.80	164.37	13.806
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000