

Утверждаю

Руководитель _____

Горохова О.А.

(подпись)

(расшифровка подписи)

МЕНЮ

на 22.01.2026

ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. С	
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	5.01	5.55	30.68	192.68	0.975
Хлеб с сыром	20	1.32	0.18	7.60	39.80	0.000
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015
ОБЕД						
Салат овощной с зеленым горошком	30	0.84	2.13	2.73	33.30	3.510
Рассольник с крупой и сметаной	150	6.78	9.38	10.70	154.78	10.890
Капуста тушеная *	110	2.42	8.68	10.62	131.11	52.921
Компот из сухофруктов	150	0.02	0.00	10.66	40.56	0.075
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
Биточки (котлеты) из мяса кур	50	9.32	9.73	7.39	155.86	0.975
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 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000

МЕНЮ

на 22.01.2026

ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. С	
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180	6.01	6.66	36.81	231.21	1.170
Хлеб с сыром	30	1.98	0.27	11.40	59.70	0.000
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018
ОБЕД						
Салат овощной с зеленым горошком	50	1.40	3.55	4.55	55.50	5.850
Рассольник с крупой и сметаной	180	8.14	11.25	12.83	185.74	13.068
Капуста тушеная *	130	2.86	10.26	12.54	154.95	62.543
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80	48.67	0.090
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
Биточки (котлеты) из мяса кур	70	13.05	13.63	10.35	218.20	1.365
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 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000