

МЕНЮ

на 03.07.2026

ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и С
		Белки, г	Жиры, г	Гидроуглеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	5.09	6.32	22.54	167.20	0.780
Хлеб с маслом	20	1.35	3.08	7.65	66.24	0.000
Кофейный напиток с молоком	150	2.40	2.46	9.81	70.26	0.975
ЗАВТРАК 2						
Яблоко	212	0.85	0.85	20.78	99.64	21.200
ОБЕД						
Рассольник домашний со сметаной	150	1.50	4.11	9.18	80.43	15.780
Сложный гарнир (Картофельное пюре с кап. туш)	140	2.83	4.70	16.27	119.22	40.936
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
Напиток из шиповника	150	0.38	0.15	14.86	67.77	112.575
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Суфле из мяса кур с рисом	50	17.80	21.16	2.29	270.38	1.655
Салат из свежих помидор с растительным маслом	30	0.16	3.05	1.16	32.44	12.375
ПОЛДНИК						
Омлет запеченный или паровой	80	8.27	9.06	1.48	120.62	0.288
Тесто дрожжевое сдобное-1	30	2.47	2.67	15.08	95.37	0.183
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015
Фарш картофельный с луком (беляш)	15	0.29	0.66	2.31	16.36	2.835

МЕНЮ

на 03.07.2026

ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порци	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гидроуглеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	6.10	7.58	27.05	200.65	0.936
Хлеб с маслом	30	2.03	4.62	11.48	99.36	0.000
Кофейный напиток с молоком	180	2.88	2.95	11.77	84.31	1.170
ЗАВТРАК 2						
Яблоко	100	0.40	0.40	9.80	47.00	10.000
ОБЕД						
Рассольник домашний со сметаной	180	1.80	4.93	11.02	96.52	18.936
Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной)	180	3.64	6.05	20.92	153.29	52.632
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	30	2.28	0.24	14.76	69.90	0.000
Напиток из шиповника	180	0.45	0.18	17.84	81.32	135.090
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Суфле из мяса кур с рисом	70	24.93	29.62	3.20	378.54	2.317
Салат из свежих помидор с растительным маслом	50	0.28	5.08	1.92	54.07	20.625
ПОЛДНИК						
Омлет запеченный или паровой	110	11.37	12.45	2.04	165.85	0.396
Тесто дрожжевое сдобное-1	30	2.47	2.67	15.08	95.37	0.183
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018
Фарш картофельный с луком (беляш)	30	0.58	1.31	4.62	32.72	5.670

Руководитель _____

(подпись)

Горохова О.А.

(расшифровка подписи)