

МЕНЮ на 16.01.2026
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		7,57	7,37	65,82	360,31
ЧАЙ СЛАДКИЙ	150		0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ БЕЛЫЙ С МАСЛОМ	45/10		3,53	7,31	22,72	170,78
			11,10	14,68	93,38	550,44
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	180/10		4,50	4,56	15,84	122,69
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	85		22,04	5,89	7,65	172,16
РИС ОТВАРНОЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	100		2,75	2,79	28,76	151,03
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ СЛАДКИЙ	150		0,41	0,02	8,80	37,35
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	50		1,01	3,10	2,60	42,78
			33,36	16,71	80,61	607,59
Полдник						
КРЕКЕР	25		2,07	5,22	14,09	113,98
СОК	150		0,75	0,15	15,15	64,50
			2,82	5,37	29,24	178,48
Ужин						
ВИНЕГРЕТ	150		4,83	4,66	29,37	180,04
ЧАЙ СЛАДКИЙ	150		0,00	0,00	5,81	23,22
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	26		2,00	0,16	13,15	62,05
			6,83	4,82	48,33	265,31
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,11	41,58	251,56	1 601,82

