

МЕНЮ на 19.01.2026

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		180	6,95	7,18	43,66	267,48
ЧАЙ СЛАДКИЙ		180	0,00	0,00	2,90	11,61
ХЛЕБ БЕЛЫЙ С МАСЛОМ		48/10	3,81	7,33	24,56	179,45
			10,76	14,51	71,12	458,54
II Завтрак						
СОК		111	0,56	0,11	10,99	47,73
			0,56	0,11	10,99	47,73
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/К Б/НЕ		200	10,14	5,73	25,15	192,99
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ		200	16,24	16,14	36,79	357,83
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ СЛАДКИЙ		180	0,55	0,03	24,81	102,18
ХЛЕБ РЖАНОЙ		48	3,21	0,43	20,56	98,92
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ		100	1,48	3,09	7,02	62,60
			31,62	25,42	114,33	814,52
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,22	2,82	21,93	122,10
ЙОГУРТ		152	4,26	3,80	6,86	85,90
			6,48	6,62	28,79	208,00
Ужин						
ВЕРМИШЕЛЬ В МОЛОКЕ		170	5,41	4,85	23,09	158,01
ЧАЙ СЛАДКИЙ		180	0,00	0,00	38,14	152,49
ХЛЕБ БЕЛЫЙ		19	1,46	0,12	9,63	45,47
			6,87	4,97	70,86	355,97
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,29	51,63	296,09	1 884,76

