

МЕНЮ на 19.01.2026
Ясли 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 | 150 | | 6,89 | 7,15 | 26,95 | 200,23 |
| ЧАЙ СЛАДКИЙ | 150/15 | | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ С МАСЛОМ | 40/10 | | 3,15 | 7,50 | 20,21 | 160,93 |
| | | | 10,04 | 14,65 | 52,97 | 384,38 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК | 110 | | 0,55 | 0,11 | 10,89 | 47,30 |
| | | | 0,55 | 0,11 | 10,89 | 47,30 |
| Обед | | | | | | |
| СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/К Б/НЕ | 180 | | 10,09 | 5,73 | 25,03 | 192,34 |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ | 190 | | 16,03 | 16,00 | 35,19 | 349,38 |
| 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 СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ | 60 | | 1,41 | 3,08 | 6,68 | 60,88 |
| | | | 30,59 | 25,18 | 92,66 | 721,53 |
| Полдник | | | | | | |
| ВАФЛИ | 25 | | 0,68 | 0,81 | 18,75 | 85,85 |
| ЙОГУРТ | 150 | | 4,20 | 3,75 | 6,77 | 84,77 |
| | | | 4,88 | 4,56 | 25,52 | 170,62 |
| Ужин | | | | | | |
| ВЕРМИШЕЛЬ В МОЛОКЕ | 150 | | 5,28 | 4,79 | 29,31 | 181,87 |
| ЧАЙ СЛАДКИЙ | 150 | | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ | 25 | | 1,95 | 0,16 | 12,85 | 60,63 |
| | | | 7,23 | 4,95 | 61,52 | 319,91 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 53,29 | 49,45 | 243,56 | 1 643,74 |

