

МЕНЮ

Ясли 12 часов

08.08.2025 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ	150		6,02	8,00	33,57	230,80
КАКАО С МОЛОКОМ	150		3,86	3,99	11,54	98,18
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		2,29	0,19	15,05	71,05
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		0,10	7,03	0,14	64,21
			12,27	19,21	60,30	464,24
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛ.ГОРОШКОМ НА М/К БУЛЬОНЕ	180		6,70	9,09	17,57	179,15
РЫБА ОТВАРНАЯ С ОВОЩАМИ	40		9,55	5,79	5,33	111,89
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВ МАСЛОМ	100		4,62	2,79	29,45	161,52
КУКУРУЗА КОНСЕРВ.	24		0,00	1,66	1,66	21,53
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150		0,34	0,02	9,13	38,29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,65	0,35	16,96	81,58
			23,86	19,70	80,10	593,96
Полдник						
ВАФЛИ	20		2,50	3,23	19,41	118,15
МОРС	150		4,50	1,50	6,30	60,00
ЯБЛОКО	72		0,5	0,10	9,90	43
			7,5	4,83	35,61	221,15
Ужин						
ВИНЕГРЕТ	160		5,11	6,69	30,38	203,60
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,08	0,00	6,94	28,05
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24		2,29	0,19	15,05	71,05
			7,48	6,88	52,37	302,70
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,09	50,62	227,89	1 579,90