

МЕНЮ на 14.01.2026

Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ И СО СГУЩЕННОЙ	120	22,05	13,58	17,73	284,87	
ХЛЕБ БЕЛЫЙ С МАСЛОМ	49	3,84	7,33	24,73	180,25	
КОФЕ НА МОЛОКЕ СЛАДКИЙ	180	3,49	3,60	12,62	97,29	
		29,38	24,51	55,08	562,41	
II Завтрак						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	70	1,40	5,24	12,53	104,29	
		1,40	5,24	12,53	104,29	
Обед						
СВЕКОЛЬНИК НА М/К Б/НЕ	200	5,85	9,92	10,29	154,55	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	190	19,86	15,67	44,83	401,00	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ СЛАДКИЙ	200	0,57	0,03	11,40	48,65	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,23	0,43	20,69	99,53	
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	42	0,34	0,04	1,05	5,89	
		29,85	26,09	88,26	709,62	
Полдник						
КРЕНДЕЛЬ	50	4,86	5,45	27,66	178,95	
ЙОГУРТ	148	4,15	3,70	6,68	83,69	
		9,01	9,15	34,34	262,64	
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНА СЛАДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	6,52	6,79	26,14	192,09	
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	0,00	0,00	6,78	27,10	
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	26	2,04	0,17	13,45	63,47	
		8,56	6,96	46,37	282,66	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		78,20	71,95	236,58	1 921,62	

