

**МЕНЮ на 13.01.2026****Сад 12 часов****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		180	6,24	6,72	32,37	215,43
КАКАО НА МОЛОКЕ СЛАДКИЙ		180	4,28	4,46	13,20	110,67
ХЛЕБ БЕЛЫЙ С МАСЛОМ		50	3,89	7,34	25,08	181,91
			14,41	18,52	70,65	508,01
<b>II Завтрак</b>						
МАНДАРИН		100	0,51	0,13	4,81	24,36
			0,51	0,13	4,81	24,36
<b>Обед</b>						
ЩИ НА М/К Б/НЕ		190	12,08	10,18	18,50	215,05
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРОЙ		200	15,60	15,48	36,91	350,33
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ СЛАДКИЙ		180	0,58	0,03	11,50	49,10
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК		50	1,28	0,09	2,68	16,49
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,28	0,44	20,98	100,96
			32,82	26,22	90,57	731,93
<b>Полдник</b>						
БУЛОЧКА		50	4,87	5,46	30,58	190,75
НАПИТОК С ВАРЕНЬЕМ		180	0,00	0,00	21,45	85,80
			4,87	5,46	52,03	276,55
<b>Ужин</b>						
ВЕРМИШЕЛЬ В МОЛОКЕ		180	5,70	5,04	24,29	165,80
ЧАЙ СЛАДКИЙ		185/157	0,00	0,00	38,72	154,81
ХЛЕБ БЕЛЫЙ		19	1,46	0,12	9,63	45,47
			7,16	5,16	72,64	366,08
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>59,77</b>	<b>55,49</b>	<b>290,70</b>	<b>1 906,93</b>

