

МЕНЮ

На 14 января 2026 г.

Утверждаю

Зав. Волкова О.А.

		Выход готовых блюд (г)			
		ясли	сад	Выход	Ккал
<u>ЗАВТРАК:</u>					
Творожно-манный пудинг со сгущённым молоком	140/15	314,4	150/23	316,9	
Хлеб пшеничный с повидлом	30/12	113,4	40/15	124,3	
Какао с молоком и сахаром	180	71,8	200	87,1	
Всего за завтрак:		478,6		522,8	
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК: сок</u>	100		105		
<u>ОБЕД:</u>					
Рассольник на м/к бульоне со сметаной	180	289,5	200	336,1	
Картошечка по-домашнему с мясом и м/с	150	184,2	160	187,5	
Хлеб ржаной	35	57,8	44	67,8	
Компот из сухофруктов	180	124,8	200	132,5	
Всего за обед:		616,3		690,6	
<u>ПОЛДНИК:</u>					
Пряник					
Йогурт	150	123	164	123,8	
Всего в полдник:		123		123,8	
<u>УЖИН:</u>					
Каша геркулесовая молочная с м/с	150	198,3	180	199,2	
Хлеб пшеничный	30	95,1	40	97,5	
Чай с сахаром	180	40,6	200	52,7	
Всего за ужин:		310,4		360,1	
Всего за день:		1528,3		1720,6	