

МЕНЮ

на 12 августа 2025

Наименование блюда	Сад					Ясли				
	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен. (ккал)	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен. (ккал)
<u>Завтрак:</u>										
Каша рисовая молочная жидкая	200	5,95	7,34	32,46	192	120	4,53	7,47	23,49	180
Кофейный напиток с молоком	180	4,12	4,54	18,95	130	150	3,43	3,78	15,78	109
Хлеб пшеничный	30	1,71	0,27	14,58	69,87	30	1,71	0,27	14,58	69,87
Масло сливочное	5	0,00	4,10	0,05	37,5	4	0,00	3,28	0,04	30
<u>Обед:</u>										
Суп рыбный	200/15	6,52	2,24	13,09	98	150/15	4,89	1,68	9,82	74
Тефтели из говядины в молочном соусе	100	7,39	8,19	9,76	143	85	6,28	6,96	8,3	122
Макароны отварные	130	5,85	6,15	35,26	211	100	4,68	4,92	28,2	166
Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79	150	0,51	0,21	14,23	71
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	69,6	30	1,98	0,36	10,26	52,2
<u>Полдник:</u>										
Чай с сахаром	180	0,76	2,75	11,7	44	150	0,9	2,29	9,75	37
Сладкие сухарики	30	2,22	2,84	4,45	35	20	1,55	1,99	4,01	25