

МЕНЮ на 26 мая 2026г

Наименование блюда	Сад					Ясли				
	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен. (ккал)	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен. (ккал)
<u>Завтрак:</u>										
Каша манная молочная жидкая	200	6,92	7,34	31,37	219	150	5,19	5,5	23,53	164
Чай с сахаром	180	0,76	2,75	11,7	44	150	0,9	2,29	9,75	37
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
Плов с мясом	200	14,44	18,48	39,01	380	150	10	13,86	30,09	285
Салат из свеклы отварной	60	0,84	3,66	4,56	54,6	30	0,42	1,83	2,28	27,3
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
Сырники со сгущенным молоком	100	10,17	13,9	23,73	330	150	25,66	17,94	36,47	410