

Меню на 24 ноября 2025г.

Сад							
Наименование блюд	№ рецептуры	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Вит. С	Ккал
* для детей с пищевой аллергией							
1-й день							
завтрак							
Каша молочная манная с маслом и сгущённым молоком 1/180	204	180	6.90	7.10	35.80	0.93	235.75
Каша пшеничная безмолочная 1/180*	182	180	4.10	1.80	25.60	0.50	146.80
Сыр порционно 1/10	7	10	2.56	2.27	0.37	0.007	32.15
Бутерброд с маслом 1/20/10	1	30	1.07	7.70	9.80	0.00	116.25
Чай с сахаром 1/180	410	180	0.11	0.10	8.81	0.01	36.58
Итого		400	11	17	55	1	421
2-ой завтрак							
Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/100	418	100	0.27	0.00	22.8	2.00	92.27
обед							
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/180	88	180	7.46	10.52	5.40	12.00	130.87
Щи из свежей капусты с картофелем и на бульоне 1/180 *	88	180	6.20	10.23	5.17	11.00	117.73
Плов из отварной птицы 1/180	321	180	15.40	18.22	31.41	0.46	351.30
Огурец свежий порционно 1/50	71	50	0.52	0.20	1.36	5.00	9.32
Компот из изюма 1/180	348	180	0.65	0.30	27.45	0.00	115.15
Хлеб ржано-пшеничный 1/40	ПР	40	2.08	0.48	17.72	0.00	85.60
Итого		630	26	30	83	17	692
Полдник							
Кефир 1/180	420	180	5.74	4.95	7.92	1.26	99.00
Компот из яблок 1/180*	394	180	1.86	2.36	22.74	34.75	119.63
Фрукт (яблоко) 1/100	386	100	0.90	0.20	8.10	8.00	43.00
Печенье в ассортименте 1/40	ПР /338	40	3.00	6.00	27.20	0.02	176.00
Итого		220	9	11	35	1	275
Ужин							
Запеканка из творога с повидлом 1/150	251	150	17.2	12.7	28.14	0.31	296.17
Макаронник с мясом 1/150*	309	150	15.82	12.04	28.04	0.39	283.85
Чай с сахаром 1/180	410	180	0.11	0.10	8.81	0.01	36.58
Салат из моркови и яблок	41	50	0.42	3.00	4.45	3.50	46.50
Хлеб пшеничный (батон) 1/20	ПР	20	1.08	0.20	4.80	0.00	26.00
Итого		400	19	16	46	4	405