

Меню на 15 декабря 2025 г.						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	
Завтрак						
Каша пшённая на молоке	150/180	6.51	6.07	9.89	211.30	
Хлеб пшеничный с масл. слив-м	40/43 4/5	2.80 0.06	0.10 8.26	20.2 0.08	27.10 74.80	
Кофейный напиток на молоке с сахаром	180/200	3.84	4.16	18.90	117.67	
Итого:	374/428	12.84	18.59	43.0	430.87	
2-й завтрак						
Сок	100/115	-	-	18.0	68.22	
Итого:	100/115	-	-	18.0	68.22	
Обед						
Суп-юре гороховый с гречками с курой	180/200 40/44	9.0 2.10	2.97 0.35	17.08 22.99	126.94 105.00	
Греча по-купечески с курой	150/180	8.69	13.10	7.53	159.73	
Компот из изюма	200	0.54	-	23.49	93.99	
Итого:	570/624	20.33	16.42	71.09	485.66	
Полдник						
Печенье	18/22	1.88	1.72	13.68	208.8	
Чай сладкий	180/200	0.6	0.18	14.15	50.52	
Итого:	198/222	2.48	1.9	27.83	259.32	
Ужин						
Картофель отварной в масле с соленым огурцом	120/150 20/30	3.86 2.8	4.10 -	34.49 1.3	181.9 16	
Хлеб пшеничный	20/20	2.10	0.10	15.16	20.30	
Чай сладкий	180/200	0.6	0.18	14.15	50.52	
Итого:	340/400	9.36	4.38	79.95	268.72	
Итого за день:	1582/1987	45.01	41.29	239.87	1512.79	

16 декабря 2025		
Завтрак	Ясли	Сад
Каша манная на молоке	160	180
Какао на молоке	180	200
Хлеб пшеничный с м/сливочным	34/3	35/4
Обед		
Суп вермишелевый с курой	180	200
Суфле из куры	140	160
Компот из кураги	180	200
Хлеб ржаной	29	30
Полдник		
Крекер	10	13
Чай сладкий	180	200
Ужин		
Гороховое пюре	120	140
Чай сладкий	180	200