

Меню на 18 июля 2025 г. ЯСЛИ



Наименование блюда	Выход д (объём) м) гр.	Стоимость руб.	Пищевая ценность, витамины					Способ пригот овления	Входящие основные ингредиенты	
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Витамины С			
Завтрак										
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом и сахаром	130		2,67	1,38	19,9	95,3			Крупа геркулесовая молоко, соль, сахар, масло сливочное	
Какао с молоком	150		3,67	5,34	31,54	107	8,58		Какао молоко, сахар	
Батон порционно	15		1,19	0,15	7,25	35	-			
Сыр порциями	10		0,08	7,25	0,13	66	-			
2-ой завтрак										
Снежок	100		4,35	3,75	6,3	56	2,75			
Обед										
Щи с капустой и картофелем на курином бульоне	150		0,7	1,95	3,39	45	14,88		Картофель, морковь, лук, капуста соус томатный сметана курица соль р.масло	
Картофельное пюре	110		1,04	3,2	14,71	92	36,37		Картофель молоко соль сл.масло	
Тефтели мясные	60		5,91	12,53	23,79	182,7	-		Свинина, соль, рис яйцо крупный кусоч лук сл.масло	
Салат из отварной свеклы	30		1,28	6,91	6,25	33,6	11,0		Свекла р.масло	
Компот из яблок	150		0,23	0,01	15,42	67,05	0,2		Яблоки сахар	
Хлеб ржаной	20		1,84	0,33	9,35	48,5	-			
Хлеб пшеничный	15		1,19	0,15	7,25	35,0	-			
Полдник										
Ватрушки с творогом	60		4,61	2,74	14,59	216,43	2,2		Мука сахар сл.масло яйцо соль дрожжи творог	
Чай с сахара	150		0,2	0,05	0,04	1,4	0,1		Чай сахар	
		150,0								

Меню на 18 июля 2025 г. САД



Наименование блюда	Выход (объём) гр.	Стоимость руб.	Пищевая ценность, витамины					Способ приготовления	Входящие основные ингредиенты	
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Витамин С			
Завтрак										
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом и сахаром	150		2,67	1,38	19,9	95,3	-		Крупа геркулесовая молоко, соль, сахар, масло сливочное	
Какао с молоком	180		3,67	5,34	31,54	107	8,58		Какао молоко, сахар	
Батон порционно	20		1,19	0,15	7,25	35	-			
Сыр порциями	15		3,53	4,61	15,3	96,6	0,05			
2-ой завтрак										
Снежок	100		4,35	3,75	6,3	56	2,75			
Обед										
Щи с капустой и картофелем на курином бульоне	180		0,7	1,95	3,39	45	14,88		Картофель, морковь, лук, капуста соус томатный сметана курица соль р.масло	
Картофельное пюре	130		2,04	3,2	24,71	92	41,39		Картофель молоко соль сл.масло	
Тефтели мясные	80		10,91	12,53	23,79	282,7	-		Свинина, соль, рис яйцо крупный кусок лук сл.масло	
Салат из отварной свеклы	50		1,28	6,91	6,25	33,6	11,0		Свекла р.масло	
Компот из яблок	180		0,23	0,01	15,42	67,05	0,2		Яблоки сахар	
Хлеб ржаной	32		1,84	0,33	9,35	48,5	-			
Хлеб пшеничный	20		1,19	0,15	7,25	35,0	-			
Полдник										
Ватрушки с творогом	60		4,61	2,74	14,59	216,43	2,2		Мука сахар сл.масло яйцо соль дрожжи творог	
Чай с сахара	150		0,2	0,05	0,04	1,4	0,1		Чай сахар	
		150,0								