

МЕНЮ

5 ноября 2025 г.

Сад 12 БЕЗМОЛОЧНАЯ



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ КУКУРУЗНАЯ С ОВОЩАМИ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	160	5	6.2	31.5	202
КАША РАССЫПЧАТАЯ КУКУРУЗНАЯ С ЛУКОМ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ) (аллергики)	160	5	6.2	31.8	203
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5.1	4.6	0.3	63
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	40	9.6	22.3	0.3	240
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ХЛЕБЦЫ (аллергики)	15				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		6.2	25
Итого		11.8	11.4	48.5	345
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ХЛЕБЦЫ (аллергики)	15				
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		1.6	0.6	16.5	77
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	200	6.8	6.4	12	132
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ безглютен (С МЯСОМ) (аллергики)	200	5.7	10.9	12.1	169
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	80	13.1	17.1	11.5	252
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	14.4	33.4	0.4	360
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	140	2.6	7.3	15	138
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (без моркови) (аллергики)	140	2.7	7.4	14.9	137
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
ХЛЕБЦЫ (аллергики)	15				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ХЛЕБЦЫ (аллергики)	15				
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1	0.1	24.5	103
Итого		27	31.8	86	738
Полдник					

КОТЛЕТЫ "ДЕТСКИЕ"	80	13.6	14.3	11.9	230
МЯСО ОТВАРНОЕ (свинина) (аллергики)	60	14.4	33.4	0.4	360
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	140	2.5	9.2	24.7	192
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ) (аллергики)	140	3.4	4.9	35.9	201
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ХЛЕБЦЫ (аллергики)	15				
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ХЛЕБЦЫ (аллергики)	15				
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	200	0.2	0.2	10.6	46
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.9	0.2	8.1	43
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) (аллергики)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого		20	24.7	74.1	604
Всего		60.4	68.5	225.1	1764

Медицинская сестра



Бережная А.В.