

Меню на 26.06.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Рис отварной с сахаром (диета)	100	120,02	2,96	3,18	20,83
Каша молочная рисовая	200	124,6	1,39	4,6	19,46
Булка с маслом	39	111,72	3,13	5	12,24
Кофейный напиток с молоком	180	157,13	5,34	5,77	20,16
Кофейный напиток (диета)	180	159,37	4,14	5,45	23,95
Завтрак 2					
Сок фруктовый	196	89,18	0,84		22,71
Обед					
Суп манный с гренками на курином бульоне	200	158,72	4,52	11,49	9,22
Суп манный на курином бульоне (ясли)	200	172,83	4,92	12,51	10,04
Макароны отварные с маслом	110	384,55	10,78	7,28	68,84
Котлета куриная(паровая)	58	142,72	9,83	7,26	9,6
Салат из свеклы	50	51,45	0,84	3,33	4,51
Хлеб ржаной	41	94,08	2,38	0,38	19,74
Кисель фруктовый	180	73,71	0,69		18,78
Полдник					
Кефир	150	75,5	4,38	3,78	6,04
Булочка "Домашняя"	65	197,74	4,82	4,62	34,17
Чай с сахаром (диета)	180	44,35	10,8	2,76	11,7
Ужин 1					
Омлет натуральный	100	171,69	8,24	16,05	1,66
Каша гречневая с сахаром (диета)	128	218,1	6,89	5,83	33,17
Салат "Витаминный"	48	43,58	0,78	3,4	2,36
Булка	36	92,68	2,88	0,46	18,4
Чай с сахаром	180	44,35	10,8	2,76	11,7