

Меню на 30.01.2026

2026г



ясли				
дошкольники				
Завтрак 8-00	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
Сыр порциями	10	58,5	10	58,5
Каша пшенная молочная с маслом	130	172	150	245
Чай с лимоном	180	36	180	36
Батон	30	103	30	103
итого за завтрак	350	369,5	370	442,5
Второй завтрак 10-00				
Сок	100	96	100	96
Обед 12-00				
Салат из свежих овощей	30	32,6	50	54,35
Щи со сметаной	150	63,1	200	87,7
Котлета "Пожарская"	50	121,2	70	121,2
Картофельное пюре	110	151,3	130	151,3
Напиток из шиповника	150	74,1	180	74,1
Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной/30/20	50	125	50	125
итого за обед	540	567,3	680	613,65
Полдник 15-00				
Пудинг творожный с рисом и повидлом 100/10	110	264	110	264
Чай с сахаром	150	33	180	33
Хлеб ржаной	10	19	10	19
итого за полдник	270	316	300	316
Итого за день	1260	1348,8	1450	1468,15