



МЕНЮ

на « 22 » августа 2025 г.

Пятница (1 неделя)

Завтрак

Наименование блюда	Вес порции, г	Энергетическая ценность, ккал	Вес порции, г	Энергетическая ценность, ккал
	Сад		Ясли	
Каша пшеничная молочная (Артек)	160	181	130	147
Кофейный напиток с молоком	200	132	180	119
Бутерброд с маслом	35/5	120	35/5	120
Итого:	400	439	350	391
Второй завтрак				
Сок	100	62	100	62
Итого:	100	62	100	62

Обед

Наименование блюда	Вес порции, г	Энергетическая ценность, ккал	Вес порции, г	Энергетическая ценность, ккал
	Сад		Ясли	
Нарезка из отварной моркови	50	48	30	29
Суп гороховый на к/б	180	90	150	75
Тефтели из говядины с рисом "Ежики"	70	165	50	118
Макаронные изделия отварные	130	173	110	146
Соус томатный с овощами	30	40	20	27
Компот из с/ф	200	116	150	87
Хлеб ржаной бородинский	20	40	20	40
Хлеб пшеничный	25	67	25	67
Итого	705	739	555	589

Полдник

Наименование блюда	Вес порции, г	Энергетическая ценность, ккал	Вес порции, г	Энергетическая ценность, ккал
	Сад		Ясли	
Каша рисовая молочная жидкая	100	131	100	131
Чай с сахаром	180	30	150	25
Хлеб пшеничный	20	54	20	54
Итого:	300	215	270	210
Итого за день:	1505	1455	1275	1252

