

МЕНЮ на 20.10.2025 г.		2 день(ясли)			
Наименование блюда	масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки г	Жиры г	Углеводы	
Завтрак					
Суп манный молочный	140	2,7	2,3	9,5	88,9
Какао с молоком	180	3,5	2,9	16	104,7
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71
Масло (порциями)	5	0	4,1	0	37,4
Итого за прием пищи:	355	8,5	9,5	40,6	302
II Завтрак					
Сок фруктовый (овощной)	160	1,7	1,6	13,3	65,7
Итого за приём пищи:	160	1,7	1,6	13,3	65,7
Обед					
Салат из морской капусты	40	0,4	0,1	0,2	3,4
Суп с мясными фрикадельками	180	4,2	9,2	25,7	225,7
Рыба,запеченая в сметане с картофелем	170	7,6	7,1	22,8	162,9
Компот из смеси сухофруктов	150	0	0	4,9	19,4
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17	81,6
Итого за приём пищи:	580	14,8	16,8	70,6	493
Полдник					
Вафли	30	1,4	5	22,2	116,2
Молоко кипячёное	180	5	4,4	8,3	94,3
Итого за приём пищи:	210	6,4	9,4	30,5	210,5
Ужин					
Сырники из творога	130	8,3	7,8	13,9	141,9
Соус сладкий на сгущенном молоке	30	0,4	2	2,8	29,5
Фрукты свежие(яблоко)	100	0,3	0,3	21,6	120,6
Чай с сахаром	180	0,1	0	8,9	36
Хлеб пшеничный	20	0,8	0,1	8,3	34,7
Итого за приём пищи:	460	9,9	10,2	55,5	362,7
Всего за день:	1765	41,3	47,5	210,5	1433,9