



МЕНЮ
14 июля 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	1,7	4,9	11,9	37
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190	5,4	5,5	25,8	174
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	2,4	13,9	87
Итого		10,1	12,8	51,6	298
II Завтрак					
БИОКЕФИР	180	6,1	4,5	9,9	110
Итого		6,1	4,5	9,9	110
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	1	3,5	1,8	55
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200	5,3	7,5	7,1	119
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	16,2	7,3	2,2	159
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,6	3,4	21,8	136
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	20,6	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,9	13,6	
Итого		30,3	23,1	77,7	616
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	120	20,3	9,6	26	278
ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146
ЯБЛОКО	110	0,9	0,2	7,1	37
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		9,2	37
Итого		23,9	13,2	68,3	498
Всего		70,4	53,6	207,5	1522