

УТВЕРЖДАЮ



Меню

на 14 июля 2025 г.

(лактазная недостаточность)

Наименование блюд	до 3х лет (вес)	с 3х до 7 лет (вес)	Г каллории	
			ясли	сад
ЗАВТРАК				
Каша геркулесовая	150	200	160,29	213,72
Кондитерское изделие	50	50	121,00	142,00
Чай	180	200	27,49	106,20
Всего:	371	453	308,78	493,14
ЗАВТРАК 2				
Сок	200	100	120	60
Всего:	200	100	120,00	60,00
ОБЕД				
Суп вермишелевый	150	200	107,48	143,30
Гречка с курицей	120	130	131,56	151,56
Компот из сухофруктов	150	200	31,56	42,08
Хлеб ржаной	40	50	69,60	87,00
Всего:	520	660	479,83	617,57
ПОЛДНИК				
Батон масло	30/7	40/7	121,00	142,00
Чай	150	200	27,49	36,66
Всего:	210	280	197,74	278,06
УЖИН				
Омлет	150	200	160,29	209,94
Салат «Здоровье»	60	80	139,63	193,63
Какао	180	200	27,49	36,66
Хлеб пшеничный	30	40	64,08	85,44
Всего:	360	440	251,86	332,04
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1561	1933	1298,21	1780,81

УТВЕРЖДАЮ



Меню

на 14 июля 2025 г.

(лактазная недостаточность)

Наименование блюд	до 3х лет (вес)	с 3х до 7 лет (вес)	Гкалории	
			ясли	сад
ЗАВТРАК				
Каша геркулесовая	150	200	160,29	213,72
Кондитерское изделие	50	50	121,00	142,00
Чай	180	200	27,49	106,20
Всего:	371	453	308,78	493,14
ЗАВТРАК 2				
Сок	200	100	120	60
Всего:	200	100	120,00	60,00
ОБЕД				
Суп вермишелевый	150	200	107,48	143,30
Гречка с курицей	120	130	131,56	151,56
Компот из сухофруктов	150	200	31,56	42,08
Хлеб ржаной	40	50	69,60	87,00
Всего:	520	660	479,83	617,57
ПОЛДНИК				
Батон масло	30/7	40/7	121,00	142,00
Чай	150	200	27,49	36,66
Всего:	210	280	197,74	278,06
УЖИН				
Омлет	150	200	160,29	209,94
Салат «Здоровье»	60	80	139,63	193,63
Какао	180	200	27,49	36,66
Хлеб пшеничный	30	40	64,08	85,44
Всего:	360	440	251,86	332,04
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1561	1933	1298,21	1780,81