

МЕНЮ
04.02.2026
сад 9,5 часов



	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			бел	жир	углев		В 1	В 2	С	Ca	Fe
	Завтрак										
34	Каша манная молочная	200	5,86	9,95	26,80	221,38	0,04	0,20	0,90	182,00	0,40
41	Масло сливочное порционное	5	0	4,1	0,05	37,5	0,5	0	1	0	0
1	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	0	0,05	0,03	9,3	0,62
113	чай с сахаром	200	12,00	3,10	14,00	53,06	0,00	0,01	6,00	12,00	0,00
	всего	430	19,76	17,35	53,15	370,54	0,54	0,26	7,93	203,30	1,02
	Второй завтрак										
368	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,03	5,00	19,00	2,30
	Обед										
33	Рассольник Ленинградский, с мясом и со сметаной	250	4,1	7,16	20,93	145	0,11	0,07	8,20	29,69	1,07
247	Рыба тушеная с овощами	80	7,66	3,85	2,20	74,00	0,05	0,04	1,96	22,10	0,47
101	Пюре картофельное	150	3,26	4,68	8,04	123,90	0,11	10,53	3,14	55,08	0,74
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	57,68	0,05	0,03	0,00	9,30	0,62
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,69	93,76	0,05	0,03	0,00	9,30	0,62
517	Кисель плодово-ягодный	200	1,36	0,00	29,02	121,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	всего	750	21,40	16,37	91,76	615,86	0,37	10,70	13,30	125,47	3,52
	Полдник										
965	Молоко	180	5,22	4,50	8,64	97,20	0,07	0,28	2,34	216,00	0,20
9	Булочка сдобная	90	6,79	9,16	41,70	295,75	0,07	0,08	0,03	39,00	0,70
	всего :	270	12,01	13,66	50,34	392,95	0,14	0,36	2,37	255,00	0,90
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1550	53,57	47,78	205,05	1423,35	1,08	11,35	28,60	602,77	7,74