подразделения Детский сад с. Верх-Иньва
Ковыляева Ю. В.

Меню на 02.10.2026г.

№рецептуры	Прием пищи наименование бдюд	выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
	Завтрак						
	Каша рисовая молочная жидкая	200/5	5,54	9,03	32,49	236,20	
	Чай с сахаром	200гр	0,00	0,00	15,04	60,12	
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40/5	3,07	6,09	19,73	146,36	
	II завтрак						
	Груши свежие	100гр	0,34	0,34	8,84	38,25	
	Обед						
	Салат из свежих огурцов	60гр.	0,43	6,06	1,36	61,58	
	Рассольник ленинградский	200гр	1,67	4,29	10,21	97,87	
	Котлета мясная	70гр.	12,54	11,80	10,01	196,46	
	Макаронные изделия отварные	150гр	5,53	6,23	33,84	220,41	
	Соус томатный	40гр.	0,43	1,49	2,77	26,76	
	Компот из смеси сухофруктов	200гр	0,56	0,00	27,40	111,84	
	Хлеб ржано-пшеничный	50гр	3,96	0,72	25,8	121,2	
	Полдник						
	Вафли	40гр	1,12	1,32	30,92	141,6	
	Какао с молоком	200гр	0,52	0,09	5,19	23,65	