

Меню приготавливаемых блюд

Ясли 02.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша мол/гречка, геркулес\ с мас слив	150	4.99	5.64	19.68	149.33	20\4
	Чай с молоком	150	2.60	2.76	11.54	80.22	12/10
	батон нарезной	20	1.50	0.58	10.28	52.4	6\13
	Сыр (порциями)	10	2.60	2.65	0.35	35.56	5/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	11.69	11.63	41.85	317.51	
10:00	сок	20	0.08	0.04	5.11	20.61	15/10
ИТОГО ЗА 10:00		200	0.08	0.04	5.11	20.61	
ОБЕД	Салат из отв моркови с лук,яйц и р мас	40	3.50	2.76	8.52	72.11	32/1
	Суп-пюре из картофеля	150	2.13	2.10	10.92	71.58	25/2
	Биточки (котлеты) рыбные	60	9.28	2.45	2.98	123.77	9/7
	Каша рисовая рассыпчатая с овощами	100	2.67	2.26	26.83	138.56	45/3
	Соус молочный (для подачи к блюду)	15	1.02	1.70	2.12	27.96	1/11
	Компот из сухофруктов	150	0.28	0.06	12.24	48.68	6/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1.32	0.18	7.60	39.8	1
	Хлеб ржаной	15	0.99	0.18	5.01	26.1	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		550	21.19	11.69	76.22	548.56	
ПОЛДНИК	Омлет запеченный или паровой	60	6.61	7.33	1.72	99.44	2/6
	батон	10	0.75	0.29	5.14	26.2	17
	Кофейный напиток с молоком	150	2.79	2.97	10.26	78.21	13/10
	булочка дорожная	30	3.74	2.63	20.46	122.33	33\12
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	13.89	13.22	37.58	326.18	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1230	46.85	36.58	160.76	1212.86	