

## Меню приготавливаемых блюд

Ясли 06.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 10</b>							
ЗАВТРАК	Каша ячневая мол с маслом слив	150	4,73	5,09	19,71	143,28	14/4
	Какао 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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>330</b>	<b>11,43</b>	<b>11,08</b>	<b>41,88</b>	<b>311,46</b>	
10:00	яблоко	100	0,28	0,28	6,86	32,9	10
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0,28</b>	<b>0,28</b>	<b>6,86</b>	<b>32,9</b>	
ОБЕД	Салат из св кап с кукур, лук и р мас	40	0,77	1,40	3,38	29,51	4/1
	Рассольник со сметаной	150	3,13	3,90	10,92	91,54	9/2
	Фрикадельки из куры,	50	7,39	8,62	3,69	121,85	10\9
	Картофельное пюре	100	3,55	2,90	21,40	116,8	44/3
	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
	Компот из сухофруктов	150	0,28	0,06	12,24	48,68	6/10
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>540</b>	<b>18,45</b>	<b>18,94</b>	<b>66,36</b>	<b>502,24</b>	
ПОЛДНИК	Голубцы с мяс куры и рис (ленивые)	60	8,51	8,38	7,34	139,21	32/8
	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
	Пирожки печеные с рыбой	35	4,94	3,90	16,81	132,89	24\12
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>255</b>	<b>16,99</b>	<b>15,54</b>	<b>39,55</b>	<b>376,51</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1225</b>	<b>47,15</b>	<b>45,84</b>	<b>154,65</b>	<b>1223,1</b>	