

## Меню приготавливаемых блюд

садик 10.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша геркулес мол с маслом слив	200	6,88	8,00	25,38	200,8	8/4
	Какао с молоком	200	4,42	4,28	13,80	110,88	14/10
	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>430</b>	<b>15,40</b>	<b>15,51</b>	<b>49,81</b>	<b>399,64</b>	
<b>10:00</b>	Напиток из шиповника	150	0,12	0,06	7,67	30,92	15/10
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150</b>	<b>0,12</b>	<b>0,06</b>	<b>7,67</b>	<b>30,92</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,70	4,00	6,60	64	10/1
	Суп-пюре из разных овощей	200	3,18	3,74	14,58	105,44	27/2
	тефтели из мяса кур	60	9,19	10,41	5,73	154,97	13\9
	Каша рисовая рассыпчатая с овощами	130	3,47	2,94	34,88	180,13	45/3
	Компот из сухофруктов	200	0,38	0,08	16,32	64,9	6/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1,98	0,27	11,40	59,7	1
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2
	Соус молочный (для подачи к блюду)	15	1,02	1,70	2,12	27,96	1/11
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>715</b>	<b>21,24</b>	<b>23,38</b>	<b>98,31</b>	<b>691,9</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Запеканка из творога с изюмом	120	8,34	6,64	9,09	159,01	11/5
	молоко сгущеное	10	0,72	0,85	5,55	32,8	9\11
	батон	10	0,75	0,29	5,14	26,2	17
	Чай	200	0,00	0,00	9,98	37,96	10/10
	печенье сахарное	12	0,90	1,80	8,16	51,6	2
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>292</b>	<b>10,71</b>	<b>9,58</b>	<b>37,92</b>	<b>307,57</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1587</b>	<b>47,47</b>	<b>48,53</b>	<b>193,71</b>	<b>1430,03</b>	