

## Меню приготавливаемых блюд

садик 02.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 6</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша мол\гречка, геркулес\ с мас слив	200	6.66	7.52	26.24	199.1	20\4
	Чай с молоком	200	3.46	3.68	15.38	106.96	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>430</b>	<b>14.22</b>	<b>14.43</b>	<b>52.25</b>	<b>394.02</b>	
10:00	фрукты	100	0.12	0.06	7.67	30.92	15\10
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0.12</b>	<b>0.06</b>	<b>7.67</b>	<b>30.92</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из отв моркови с лук,яйц и р мас	60	5.26	4.13	12.78	108.16	32\1
	Суп-пюре из картофеля	200	2.84	2.80	14.56	95.44	25\2
	Биточки (котлеты) рыбные	60	9.28	2.45	2.98	123.77	9\7
	Каша рисовая рассыпчатая с овощами	130	3.47	2.94	34.88	180.13	45\3
	Соус молочный (для подачи к блюду)	15	1.02	1.70	2.12	27.96	1\11
	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
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>715</b>	<b>25.55</b>	<b>14.61</b>	<b>101.72</b>	<b>694.86</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Омлет запеченный или паровой	80	8.82	9.78	2.30	132.58	2\6
	батон	10	0.75	0.29	5.14	26.2	17
	Кофейный напиток с молоком	200	3.72	3.96	13.68	104.28	13\10
	булочка дорожная	30	3.74	2.63	20.46	122.33	33\12
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>320</b>	<b>17.03</b>	<b>16.66</b>	<b>41.58</b>	<b>385.39</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1615</b>	<b>56.92</b>	<b>45.76</b>	<b>203.22</b>	<b>1505.19</b>	