

Меню приготавливаемых блюд

садик 05.03 2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Каша мол (пшенич-кукуруз) с масл слив	200	7.42	7.18	31.06	215.56	19/4
	Чай	200	0.00	0.00	9.98	37.98	10/10
	батон нарезной	20	1.50	0.58	10.28	52.4	6/13
	масло сливочное (порциями)	5	0.04	3.62	0.06	33.05	7/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		425	8.96	11.38	51.38	338.97	
10:00	сок	200	0.12	0.06	7.67	30.92	15/10
ИТОГО ЗА 10:00		200	0.12	0.06	7.67	30.92	
ОБЕД	Салат из моркови с ябл и раст мас	60	0.73	2.07	5.27	43.51	11/1
	Борщ со сметаной	200	4.00	5.16	13.02	115.08	2/2
	Плов из мяса кур	130	2.74	3.38	27.55	151.83	4/9
	Компот из сухофруктов	200	0.38	0.08	16.32	64.9	6/10
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	2
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1.98	0.27	11.40	59.7	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		640	11.15	11.20	80.24	469.82	
ПОЛДНИК	Зразы картофельные с мясом куры	60	4.30	5.42	8.42	99.77	19/8
	йогурт с фрукт-ягод наполн	180	5.04	4.50	18.00	132.66	7
	батон	10	0.75	0.29	5.14	26.2	17
	Вафли	17	0.13	0.69	1.94	14.45	13
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		267	10.22	10.90	33.50	273.08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1482	30.45	33.54	172.79	1112.79	