

Меню приготавливаемых блюд

Ясли 13.03.2026

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|----------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 5 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша мол (рис, кукуруза) с мас сл | 150 | 4.70 | 5.67 | 24.70 | 168.3 | 17/4 |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 2.79 | 2.97 | 10.26 | 78.21 | 13/10 |
| | 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 | | 325 | 9.03 | 12.84 | 45.30 | 332 | |
| 10:00 | Напиток из шиповника | 100 | 0.28 | 0.28 | 6.86 | 32.9 | 10 |
| ИТОГО ЗА 10:00 | | 100 | 0.28 | 0.28 | 6.86 | 32.9 | |
| ОБЕД | Салат из св кап, отв свек, морк, ябл и р м | 40 | 0.76 | 1.40 | 3.50 | 30.04 | 44\1 |
| | Уха рыбацкая | 150 | 5.80 | 1.85 | 7.99 | 72.06 | 30/2 |
| | Кнели из мяса кур | 50 | 0.81 | 2.10 | 2.24 | 31.82 | 11\9 |
| | Макаронные изделия отварные | 100 | 3.52 | 4.08 | 21.47 | 136.5 | 43/3 |
| | 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 | | 540 | 14.50 | 11.55 | 62.17 | 413 | |
| ПОЛДНИК | Запеканка карт, фарш отв мясом гов | 70 | 5.21 | 4.79 | 9.80 | 104.2 | 37/8 |
| | батон | 10 | 0.75 | 0.29 | 5.14 | 26.2 | 17 |
| | Чай | 150 | 0.00 | 0.00 | 7.48 | 28.47 | 10/10 |
| | Вафли | 17 | 0.13 | 0.69 | 1.94 | 14.45 | 13 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 247 | 6.09 | 5.77 | 24.36 | 173.3 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1212 | 29.90 | 30.44 | 138.69 | 951.1 | |