

## Меню приготавливаемых блюд

садик 19,03 2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 9</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	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	37.96	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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>425</b>	<b>8.96</b>	<b>11.38</b>	<b>51.38</b>	<b>338.97</b>	
<b>10:00</b>	сок	200	0.12	0.06	7.67	30.92	15/10
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>200</b>	<b>0.12</b>	<b>0.06</b>	<b>7.67</b>	<b>30.92</b>	
<b>ОБЕД</b>	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
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>640</b>	<b>11.15</b>	<b>11.20</b>	<b>80.24</b>	<b>469.82</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	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
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>267</b>	<b>10.22</b>	<b>10.90</b>	<b>33.50</b>	<b>273.08</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1482</b>	<b>30.45</b>	<b>33.54</b>	<b>172.79</b>	<b>1112.79</b>	