

Меню приготавливаемых блюд

Ясли 19.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Каша мол (пшенич-кукуруз) с масл слив	150	5.57	5.38	23.29	161.67	19/4
	Чай	150	0.00	0.00	7.48	28.47	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		325	7.11	9.58	41.11	275.59	
10:00	сок	200	0.08	0.04	5.11	20.61	15/10
ИТОГО ЗА 10:00		200	0.08	0.04	5.11	20.61	
ОБЕД	Салат из моркови с ябл и раст мас	40	0.49	1.38	3.52	29.01	11/1
	Борщ со сметаной	150	3.00	3.87	9.77	86.31	2/2
	Плов из мяса кур	100	2.11	2.60	21.19	116.79	4/9
	Компот из сухофруктов	150	0.28	0.06	12.24	48.68	6/10
	Хлеб ржаной	15	0.99	0.18	5.01	26.1	2
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1.32	0.18	7.60	39.8	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		475	8.19	8.27	59.33	346.69	
ПОЛДНИК	Зразы картофельные с мясом куры	60	4.30	5.42	8.42	99.77	19/8
	йогурт с фрукт-ягод наполн	100	2.80	2.50	10.00	73.7	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		187	7.98	8.90	25.50	214.12	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1087	23.36	26.79	131.05	857.01	