

Меню приготавливаемых блюд

Ясли 25.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная мол с маслом слив	150	5.43	5.93	22.40	164.4	11/4
	Чай с молоком	150	2.60	2.76	11.54	80.22	12/10
	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	9.57	12.89	44.28	330.07	
10:00	яблоко	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 отв картоф св огурц и раст м	40	0.66	1.46	4.84	35.16	31/1
	Щи из свежей капусты со сметаной	150	2.60	3.60	6.99	71.16	6/2
	Каша гречневая рассыпч с овощами	100	3.55	2.90	21.40	116.8	44/3
	Биток мясной	50	10.37	11.51	3.42	158.99	7/8
	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
	Компот из сухофруктов	150	0.28	0.06	12.24	48.68	6/10
ИТОГО ЗА ОБЕД		525	19.77	19.89	61.50	496.69	
ПОЛДНИК	Омлет запеченный или паровой	60	6.61	7.33	1.72	99.44	2/6
	батон	10	0.75	0.29	5.14	26.2	17
	Какао с молоком	150	3.32	3.21	10.35	83.16	14/10
	пирожки печеные с картофелем	35	2.95	2.49	18.16	106.71	32/12
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		255	13.63	13.32	35.37	315.51	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1205	43.25	46.38	148.01	1175.17	