

Меню приготавливаемых блюд

садик 27.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Каша мол (рис, кукуруза) с мас сл	200	6.26	7.56	32.94	224.4	17/4
	Кофейный напиток с молоком	200	3.72	3.96	13.68	104.28	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		425	11.52	15.72	56.96	414.13	
10:00	Напиток из шиповника	150	0.28	0.28	6.86	32.9	10
ИТОГО ЗА 10:00		150	0.28	0.28	6.86	32.9	
ОБЕД	Салат из св кап, отв свек, морк, ябл и р м	60	1.14	2.10	5.26	45.06	44/1
	Уха рыбацкая	200	7.74	2.46	10.66	96.08	30/2
	Кнели из мяса кур	60	0.97	2.52	2.69	38.18	11/9
	Макаронные изделия отварные	130	4.58	5.30	27.91	177.46	43/3
	Соус молочный (для подачи к блюду)	15	1.02	1.70	2.12	27.96	1/11
	Компот из сухофруктов	200	0.38	0.08	16.32	64.9	6/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1.98	0.27	11.40	59.7	1
	Хлеб ржаной	20	1.32	0.24	6.68	34.8	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		715	19.13	14.67	83.04	544.14	
ПОЛДНИК	Запеканка карт, фарш отв мясом кур	60	5.95	5.47	11.20	119.04	37/8
	батон	10	0.75	0.29	5.14	26.2	17
	Чай	200	0.00	0.00	9.98	37.96	10/10
	Вафли	19	0.13	0.69	1.94	14.45	13
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		307	6.83	6.45	28.26	197.65	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1547	37.76	37.12	175.12	1188.82	