

Меню приготавливаемых блюд

Ясли 03.04.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углероды		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша ячневая мол с маслом слив	150	4.73	5.09	19.71	143.28	14/4
	Какао 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
	Сыр (порциями)	10	2.60	2.65	0.35	35.56	5/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	11.43	11.08	41.88	311.46	
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 св кап с кукур, лук и р мас	40	0.77	1.40	3.38	29.51	4/1
	Рассольник со сметаной	150	3.13	3.90	10.92	91.54	9/2
	Фрикадельки из кури,	50	7.39	8.62	3.69	121.85	10/9
	Картофельное пюре	100	3.55	2.90	21.40	116.8	44/3
	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		540	18.45	18.94	66.36	502.24	
ПОЛДНИК	Голубцы с мяс кури и рис (ленивые)	60	8.51	8.38	7.34	139.21	32/8
	батон	10	0.75	0.29	5.14	26.2	17
	Кофейный напиток с молоком	150	2.79	2.97	10.26	78.21	13/10
	Пирожки печеные с рыбой	35	4.94	3.90	16.81	132.89	24/12
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		255	16.99	15.54	39.55	376.51	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1225	47.15	45.84	154.65	1223.1	