

Меню приготавливаемых блюд

Садик 20.04.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша гречневая мол с маслом слив	200	7.28	7.26	32.56	213.9	2/4
	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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		425	8.82	11.46	52.88	337.31	
10:00	Сок яблочный	200	1.00	0.20	20.20	92	3
ИТОГО ЗА 10:00		200	1.00	0.20	20.20	92	
ОБЕД	Салат из св капусты с морк и раст мас	60	1.03	2.06	4.04	39.26	5/1
	Свекольник со сметаной	200	4.04	5.20	14.90	122.9	5/2
	Тефтели рыбные в соусе	60	11.96	4.90	7.06	180.54	11/7
	Картофельное пюре	130	3.11	4.30	19.40	129.17	3/3
	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
ИТОГО ЗА ОБЕД		700	23.82	17.05	79.80	631.27	
ПОЛДНИК	Макаронные изделия отварные с сыром	130	5.36	6.97	0.98	184.95	43-2/3
	батон	10	0.75	0.29	5.14	26.2	17
	молоко пастеризованное	150	4.35	4.80	7.05	90	6
	Сдоба обыкновенная	30	4.20	2.20	23.47	129.94	8/12
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	14.66	14.26	36.64	431.09	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1645	48.30	42.97	189.52	1491.67	