

Меню приготавливаемых блюд

садик 21.04.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша геркулес мол с маслом слив	200	6.88	8.00	25.38	200.8	8/4
	Какао с молоком	200	4.42	4.28	13.80	110.88	14/10
	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		430	15.40	15.51	49.81	399.64	
10:00	Напиток из шиповника	150	0.12	0.06	7.67	30.92	15/10
ИТОГО ЗА 10:00		150	0.12	0.06	7.67	30.92	
ОБЕД	Салат из моркови с растительным маслом	60	0.70	4.00	6.60	64	10/1
	Суп-пюре из разных овощей	200	3.18	3.74	14.58	105.44	27/2
	тефтели из мяса кур	60	9.19	10.41	5.73	154.97	13/9
	Каша рисовая рассыпчатая с овощами	130	3.47	2.94	34.88	180.13	45/3
	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
	Соус молочный (для подачи к блюду)	15	1.02	1.70	2.12	27.96	1/11
ИТОГО ЗА ОБЕД		715	21.24	23.38	98.31	691.9	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога с изюмом	120	8.34	6.64	9.09	159.01	11/5
	молоко сгущеное	10	0.72	0.85	5.55	32.8	9\11
	батон	10	0.75	0.29	5.14	26.2	17
	Чай	200	0.00	0.00	9.98	37.96	10/10
	печенье сахарное	12	0.90	1.80	8.16	51.6	2
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		292	10.71	9.58	37.92	307.57	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1587	47.47	48.53	193.71	1430.03	