

## Меню приготавливаемых блюд

садик 24.04.2026

| Прием пищи              | Наименование блюда                         | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|----------------|-------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                |             |
| <b>День 5</b>           |  |             |                  |              |               |                |             |
| 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        |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>425</b>  | <b>11.52</b>     | <b>15.72</b> | <b>56.96</b>  | <b>414.13</b>  |             |
| 10:00                   | Напиток из шиповника                       | 150         | 0.28             | 0.28         | 6.86          | 32.9           | 10          |
| <b>ИТОГО ЗА 10:00</b>   |  | <b>150</b>  | <b>0.28</b>      | <b>0.28</b>  | <b>6.86</b>   | <b>32.9</b>    |             |
| 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           |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>715</b>  | <b>19.13</b>     | <b>14.67</b> | <b>83.04</b>  | <b>544.14</b>  |             |
| ПОЛДНИК                 | Запеканка карт, фарш отв мясом гов         | 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          |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>307</b>  | <b>6.83</b>      | <b>6.45</b>  | <b>28.26</b>  | <b>197.65</b>  |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>1547</b> | <b>37.76</b>     | <b>37.12</b> | <b>175.12</b> | <b>1188.82</b> |             |