

## Меню приготавливаемых блюд

садик 27.04.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 6</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша мол\гречка, геркулес\ с мас слив	200	6.66	7.52	26.24	199.1	20\4
	Чай с молоком	200	3.46	3.68	15.38	106.98	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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>430</b>	<b>14.22</b>	<b>14.43</b>	<b>52.25</b>	<b>394.02</b>	
10:00	сок	100	0.12	0.06	7.67	30.92	15\10
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>0.12</b>	<b>0.06</b>	<b>7.67</b>	<b>30.92</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из отв моркови с лук,яйц и р мас	60	5.26	4.13	12.78	108.16	32\1
	Суп-пюре из картофеля	200	2.84	2.80	14.56	95.44	25\2
	Биточки (котлеты) рыбные	60	9.28	2.45	2.98	123.77	9\7
	Каша рисовая рассыпчатая с овощами	130	3.47	2.94	34.88	180.13	45\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>25.55</b>	<b>14.61</b>	<b>101.72</b>	<b>694.86</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Омлет запеченный или паровой	80	8.82	9.78	2.30	132.58	2\6
	батон	10	0.75	0.29	5.14	26.2	17
	молоко	150	3.72	3.96	13.68	104.28	13\10
	булочка дорожная	30	3.74	2.63	20.46	122.33	33\12
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>320</b>	<b>17.03</b>	<b>16.66</b>	<b>41.58</b>	<b>385.39</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1615</b>	<b>56.92</b>	<b>45.76</b>	<b>203.22</b>	<b>1505.2</b>	