

Меню на 03.07.2026

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Суп молочный с изделиями макаронными	150	200	4,44	5,92	3,9	5,2	14,11	18,81	108,9	145,2	93
какао с молоком	150	0	2,6	0	2,34	0	11,31	0	77	0	397
какао с молоком.	0	165	0	2,44	0	2,15	0	13,11	0	81,58	397
хлеб пшеничный	31	31	2,45	2,45	0,31	0,31	14,97	14,97	73,02	73,02	529
Итого за завтрак 1	331	396	9,49	10,81	6,55	7,65	40,39	46,9	258,9	299,8	
Завтрак 2											
Молоко кипяченое	100	100	3,04	3,04	2,72	2,72	5,06	5,06	56,62	56,62	400
Итого за завтрак 2	100	100	3,04	3,04	2,72	2,72	5,06	5,06	56,62	56,62	
На весь день											
Соль йодированная	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Итого за весь день	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед											
Борщ с картофелем	150	150	1,24	1,24	3	3	8,46	8,46	65,84	65,84	58
сметана 15% жир	5	5	0,12	0,12	0,75	0,75	0,14	0,14	8	8	93
Пюре картофельное	110	110	2,24	2,24	3,52	3,52	14,98	14,98	100,6	100,6	321
Биточки рубленные из птицы	63	63	11,71	11,71	2,71	2,71	6,25	6,25	96,57	96,57	306
Напиток из плодов шиповника	150	150	0,51	0,51	0,21	0,21	15,56	15,56	65,83	65,83	398
Хлеб ржаной	18	18	0,11	0,11	0,22	0,22	7,13	7,13	35,64	35,64	530
Итого за обед	496	496	15,93	15,93	10,4	10,4	52,51	52,51	372,5	372,5	
Полдник											
Блины	110	130	5,14	6,07	2,76	3,26	39,44	46,61	203	239,9	447
повидло	13	26	0,05	0,1	0	0	8,45	16,9	32,5	65	507
Чай с сахаром	0	200	0	0,07	0	0,03	0	11,09	0	44,44	392
чай с сахаром	180	0	0,05	0	0,01	0	8,39	0	33,6	0	392
Итого за полдник	303	356	5,24	6,24	2,77	3,29	56,28	74,6	269,1	349,3	
Рекомендованный ужин 1/ Суфле куриное, кабачки в молочном соусе. Питвевой йогурт. Фрукты.											
Итого за рекомендованный ужин 1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1233	1351	33,69	36,02	22,44	24,06	154,2	179,1	957,1	1078	

Исполнитель: Калькулятор (Филиппова Л.А.)