

Меню на 04.08.2026

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											
Каша жидкая "Шоколадка"	150	165	4,73	5,2	5,5	6,05	23,94	26,33	164,1	180,6	2
кофейный напиток с молоком	150	0	2,34	0	2,06	0	10,63	0	70	0	395
кофейный напиток с молоком .	0	150	0	2,37	0	2,01	0	11,97	0	75,83	395
хлеб пшеничный	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	94,22	94,21	529
Итого за завтрак 1	340	355	10,23	10,73	7,96	8,46	53,89	57,62	328,4	350,6	
Завтрак 2											
Молоко кипяченое	100	100	3,04	3,04	2,72	2,72	5,06	5,06	56,62	56,62	400
вафли	15	15	0,96	0,96	3,98	3,98	9,12	9,12	76,05	76,05	504
Итого за завтрак 2	115	115	4	4	6,7	6,7	14,18	14,18	132,7	132,7	
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											
Суп картофельный с крупой	150	150	1,51	1,51	1,71	1,71	10,2	10,2	61,95	61,95	80
Капуста тушеная	120	120	2,48	2,48	3,88	3,88	11,31	11,31	90,11	90,11	336
Биточки рубленные из птицы	49	49	9,11	9,1	2,11	2,11	4,86	4,86	75,12	75,1	306
Соки фруктовые	147	146	1,1	0,73	0,22	0,15	22,27	14,75	101,4	67,16	399
Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,24	0,24	6,68	6,68	34,8	34,8	530
Итого за обед	486	485	15,52	15,15	8,15	8,08	55,32	47,79	363,4	329,1	
Полдник											
сырники из творога.	0	118	0	22,04	0	14,95	0	28,69	0	276	231
повидло	0	11	0	0,04	0	0	0	7,15	0	27,5	507
сырники из творога.	118	0	22,05	0	14,95	0	28,68	0	276	0	231
Чай без сахара	0	150	0	0	0	0	0	0	0	0	8
повидло	11	0	0,04	0	0	0	7,15	0	27,5	0	507
Чай без сахара	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8
хлеб пшеничный	0	20	0	1,59	0	0,2	0	9,66	0	47,1	529
хлеб пшеничный	20	0	1,58	0	0,2	0	9,66	0	47,11	0	529
Итого за полдник	299	299	23,67	23,67	15,15	15,15	45,49	45,51	350,6	350,6	
Рекомендованный ужин 1/Запеканка картофельная с печенью. Компот из вишни. 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	1243	1257	53,42	53,54	37,95	38,38	168,9	165,1	1175	1163	

Исполнитель: Калькулятор (Филиппова Л.А.)