

Меню на 11.08.2026

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											
суп молочный с геркулесом	150	190	4,44	5,62	4,44	5,62	13,44	17,02	111,7	141,4	94
какао с молоком	150	0	2,6	0	2,34	0	11,31	0	77	0	397
какао с молоком.	0	150	0	2,22	0	1,95	0	11,92	0	74,16	397
хлеб пшеничный	30	30	2,37	2,37	0,3	0,3	14,49	14,49	70,67	70,66	529
Итого за завтрак 1	330	370	9,41	10,21	7,08	7,87	39,24	43,43	259,3	286,3	
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											
Суп картофельный с рыбой	150	150	6,69	6,69	2,65	2,65	11,94	11,94	98,44	98,44	41
Пюре картофельное	110	110	2,24	2,24	3,52	3,52	14,98	14,98	100,6	100,6	321
Запеканка из пчени с рисом	52	52	6,45	6,45	2,57	2,57	7,1	7,11	77,3	77,31	294
соус сметанный	20	20	0,31	0,31	2,37	2,37	0,69	0,69	25,32	25,33	354
Компот из сухофруктов	150	150	0,33	0,33	0,02	0,02	20,82	20,82	84,75	84,75	376
Хлеб ржаной	20	20	0,12	0,12	0,24	0,24	7,92	7,92	39,6	39,6	530
Итого за обед	502	502	16,14	16,14	11,37	11,36	63,45	63,46	426	426	
Полдник											
пудинг из творога	116	116	17,57	17,56	12,47	12,47	28,21	28,2	295,8	295,7	235
повидло	12	12	0,05	0,05	0	0	7,8	7,8	30	30	507
Чай без сахара	150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	8
хлеб пшеничный	25	25	1,98	1,98	0,25	0,25	12,07	12,08	58,89	58,88	529
Итого за полдник	303	303	19,59	19,59	12,72	12,72	48,08	48,08	384,7	384,6	
Рекомендованный ужин 1/ Суфле мясное из говядины с тыквой. Ряженка. 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	1238	1278	48,19	48,98	33,89	34,67	155,8	160	1127	1153	

Исполнитель: Калькулятор (Филиппова Л.А.)