



Заведующий МБДОУ (Ветченко Н.С.);

Меню на 14.08.2026

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 изделиями макаронными	150	150	4,44	4,44	3,9	3,9	14,11	14,11	108,9	108,9	93
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	31	31	2,45	2,45	0,31	0,31	14,97	14,97	73,02	73,02	529
Итого за завтрак 1	331	331	9,49	9,11	6,55	6,16	40,39	41	258,9	256,1	
Завтрак 2											
Молоко кипяченное	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	7	7	0,17	0,17	1,05	1,05	0,2	0,2	11,2	11,2	93
Пюре картофельное	110	110	2,24	2,24	3,52	3,52	14,98	14,98	100,6	100,6	321
Рыба. тушенная в томате с овощами	50	50	5,11	5,11	2,88	2,88	2,16	2,16	54,96	54,96	144
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	33	33	0,2	0,2	0,4	0,4	13,07	13,07	65,34	65,34	530
Итого за обед	500	500	9,46	9,46	11,05	11,05	54,42	54,42	363,8	363,8	
Полдник											
Блины	110	110	5,14	5,14	2,76	2,76	39,44	39,44	203	203	447
повидло	14	14	0,06	0,06	0	0	9,1	9,1	35	35	507
Чай с сахаром	0	150	0	0,05	0	0,02	0	8,32	0	33,33	392
чай с сахаром	150	0	0,04	0	0,01	0	6,99	0	28	0	392
Итого за полдник	274	274	5,23	5,24	2,77	2,78	55,53	56,86	266	271,3	
Рекомендованный ужин 1/Суфле куриное, кабачки в молочном соусе. Питивей 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	1208	1208	27,23	26,86	23,09	22,71	155,4	157,3	945,3	947,8	

Исполнитель: Калькулятор (Филиппова Л.А.)