

15.07.2026

Меню на 16.07.2026

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 крупой с гречкой	150	150	4,48	4,48	4,11	4,11	12,81	12,81	106,2	106,2	94
кофейный напиток с молоком	180	0	2,81	0	2,47	0	12,76	0	84	0	395
кофейный напиток с молоком	0	150	0	2,37	0	2,01	0	11,97	0	75,83	395
хлеб пшеничный	20	20	1,58	1,58	0,2	0,2	9,66	9,66	47,11	47,11	529
Итого за завтрак 1	350	320	8,87	8,43	6,78	6,32	35,23	34,43	237,3	229,1	
Завтрак 2											
Молоко кипяченое	93	93	2,83	2,83	2,53	2,53	4,71	4,71	52,66	52,66	400
Итого за завтрак 2	93	93	2,83	2,83	2,53	2,53	4,71	4,71	52,66	52,66	
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 протертый (с гренками)	150	150	1,82	1,82	1,95	1,95	8,37	8,37	58,35	58,35	79
Гренки из пшеничного хлеба	10	10	1,25	1,25	0,15	0,15	7,61	7,61	36,82	36,82	115
Капуста тушеная	110	110	2,28	2,28	3,55	3,55	10,37	10,37	82,6	82,6	336
Кнели куриные с рисом	55	55	12,18	12,18	2,31	2,31	3,47	3,47	83,39	83,39	312
Соки фруктовые	147	146	1,1	1,1	0,22	0,22	22,27	22,12	101,4	100,7	399
Хлеб ржаной	20	20	0,12	1,32	0,24	0,24	7,92	6,68	39,6	34,8	530
Итого за обед	492	491	18,75	19,94	8,43	8,43	60,01	58,62	402,2	396,7	
Полдник											
биточки манные	120	120	6,78	6,78	4,97	4,97	30,25	30,25	175,1	175,1	199
Молоко сгущенное с сахаром	14	14	1,01	1,01	1,19	1,19	7,84	7,84	46,06	46,06	545
Чай без сахара	150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	8
хлеб пшеничный	17	17	1,34	1,34	0,17	0,17	8,21	8,21	40,04	40,04	529
Итого за полдник	301	301	9,13	9,13	6,33	6,33	46,3	46,3	261,3	261,3	
Рекомендованный ужин 1/ Запеканка морковная с творогом. Сливочное масло. Кисель. 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	1239	1208	39,58	40,33	24,06	23,6	146,2	144,1	953,4	939,7	

Исполнитель: Калькулятор (Филиппова Л.А.)