

16.07.2026

Меню на 17.07.2026

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энгл, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
	Завтрак 1										
Суп молочный с изделиями макаронными	150	160	4,44	4,74	3,9	4,16	14,14	15,05	108,9	116,2	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	34	34	2,69	2,69	0,34	0,34	16,42	16,42	80,09	80,09	529
Итого за завтрак 1	334	344	9,73	9,64	6,58	6,45	41,84	43,39	266	270,4	
Завтрак 2											
Соки фруктовые	100	100	0,75	0,75	0,15	0,15	15,15	15,15	69	69	399
Итого за завтрак 2	100	100	0,75	0,75	0,15	0,15	15,15	15,15	69	69	
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
Рыба. тушеная в-томате с овощами	53	53	5,41	5,41	3,05	3,05	2,29	2,29	58,25	58,25	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	15	15	0,09	0,09	0,18	0,18	5,94	5,94	29,7	29,7	530
Итого за обед	483	483	9,61	9,61	10,71	10,71	47,36	47,36	328,2	328,2	
Полдник											
Блины	110	110	5,14	5,14	2,76	2,76	39,44	39,44	203	203	447
повидло	12	12	0,05	0,05	0	0	7,8	7,8	30	30	507
Чай с сахаром	0	200	0	0,07	0	0,03	0	11,09	0	44,44	392
чай с сахаром	150	0	0,04	0	0,01	0	6,99	0	28	0	392
Итого за полдник	272	322	5,23	5,25	2,77	2,78	54,23	58,33	261	277,4	
Рекомендованный ужин 1/ Суфле куриное, кабачки в молочном соусе. Питывеой 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	1192	1252	25,32	25,26	20,21	20,09	158,6	164,2	924,2	945	

Исполнитель: Калькулятор (Филиппова Л.А.)