

Меню на 30.07.2026

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	163	4,48	4,87	4,11	4,46	12,81	13,92	106,2	115,4	94
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	30	30	2,37	2,37	0,3	0,3	14,49	14,49	70,67	70,67	529
Итого за завтрак 1	330	343	9,2	9,61	6,47	6,77	37,93	40,38	246,9	261,9	
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 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	15	15	1,88	1,88	0,23	0,23	11,42	11,42	55,23	55,23	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	50	50	11,07	11,07	2,1	2,1	3,16	3,16	75,81	75,81	312
Соки фруктовые	150	150	1,13	1,13	0,23	0,23	22,72	22,72	103,5	103,5	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	495	495	18,29	19,49	8,3	8,3	63,95	62,71	415,1	410,3	
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	10	10	0,72	0,72	0,85	0,85	5,6	5,6	32,9	32,9	545
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	12,07	58,89	58,89	529
Итого за полдник	305	305	9,48	9,48	6,07	6,07	47,92	47,92	266,9	266,9	
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	1233	1246	40	41,62	23,55	23,86	154,9	156,1	985,5	995,7	

Исполнитель: Калькулятор *Филиппова Л.А.* (Филиппова Л.А.)