



Вторая неделя, вторник
Меню на 21.10.2025

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда ясли-сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Каша "Дружба"	150-200	4,3-4,3	8,0-8,0	28,8-28,8	205-205	№ 543
Какао с молоком	150-180	2,4-2,9	2,17-2,61	10,35-12,42	70,5-84,6	№ 462
Бутерброд с маслом	20-30	1,06-1,6	4,9-7,4	6,62-10,0	74,6-112	№ 71
Итого за завтрак	370-440	7,8-9,57	10,79-12,84	50,74-59,54	330,96-391,55	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сок фруктовый	100-100	0,5-0,5	0,1-0,1	10,1-10,1	43-43	№ 501
Итого за второй завтрак	100-100	0,5-0,5	0,1-0,1	10,1-10,1	43-43	
ОБЕД						
Суп гороховый на курином бульоне	150-180	4,4-5,33	1,96-2,36	9,46-11,36	73,35-88,02	№ 127
Тефтели из говядины с рисом «ёжики»	60-80	6,3-8,4	4,8-6,5	7,2-9,7	98,25-131	№ 350
Каша гречневая рассыпчатая	120-150	6,8-8,5	5-6,3	30,16-37,7	193,73-242,16	№ 202
Компот из сухофруктов	180-200	0,54-0,6	0,09-0,1	18,09-20,1	75,6-84	№ 495
Хлеб пшеничный	40-55	1,52-2,28	0,16-0,24	9,84-14,76	46,8-70,2	№ 573
Итого за обед	520-645	20,38-26,21	12,18-15,72	78,12-98,47	505,13-640,88	
ПОЛДНИК						
Булочка домашняя	60-60	4,2-4,2	6,7-6,7	27,8-27,8	189-189	№ 542
Кисломолочный продукт	150-180	4,35-5,22	3,75-4,5	6,0-7,2	75,75-90,9	№ 457
Итого за полдник	230-260	9,33-10,2	16,57-17,32	46,34-47,5	264,75-279,9	
Итого за весь день		38,01-46,48	39,64-45,98	185,3-215,61	1143,84-1355,33	