



Первая неделя, четверг
Меню на 30.10.2025

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда Ясли-сад	Пищевые вещества (г) <i>ясли-сад</i>			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепт уры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Каша ячневая вязкая	150-200	5,29-7,06	4,85-6,47	24,23-32,31	161,85-215,80	№ 227
Какао с молоком	180-200	2,97-3,3	2,61-2,9	12,42-13,8	84,6-94	№ 462
Бутерброд с маслом	20-30	1,06-1,6	4,9-7,4	6,6-10,0	74,6-112	№ 71
Итого за завтрак	350-430	9,32-11,96	12,36-16,77	43,25-56,11	321,05-421,8	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Кисломолочный продукт	150-150	4,35-4,35	3,75-3,75	6,0-6,0	75,75-75,75	№ 460
Итого за второй завтрак	150-150	4,35-4,35	3,75-3,75	6,0-6,0	75,75-75,75	
ОБЕД						
Суп картофельный с клетками на мясном бульоне	180-200	1,908-2,12	2,52-2,8	6,84-7,56	57,6-64	№ 115
Котлеты или биточки рыбные	60-80	7,71- 10,2	0,94-1,25	6,0-8,0	63,4-84,5	№ 307
Макаронные изделия отварные	120-150	4,44-5,55	3,96-4,95	23,64-29,55	147,6-184,5	№ 256
Свекла отварная	40-50	0,6-0,9	3,64-5,46	3,52-5,28	19,2-29	№ 156
Компот из сухофруктов	150-180	0,45-0,54	0,075-0,09	15,07-18,09	63-75,6	№ 495
Хлеб пшеничный	40-60	3,04-4,56	0,16-0,48	19,68-29,52	93,6-140,4	№ 573
Итого за обед	590-720	17,923- 23,6	11,37-15,12	70,33-92,69	426,4-556,4	
ПОЛДНИК						
Каша рисовая молочная	150-200	3,7-5,0	4,7-6,3	23,5-31,3	152,19-202,92	№ 236
Печенье	20-20	2,1-2,25	2,744-2,94	20,832- 22,32	116,2-124,5	№582
Сок фруктовый	150-180	0,75-0,9	0,15-0,18	15,15-18,18	64,5-77,4	№ 460
Итого за полдник	328-410	6,55-8,15	7,594-9,42	59,482-71,8	332,89-404,82	
Итого за весь день		38,143- 48,06	35,074- 45,06	179,062- 226,6	1156,09- 1458,77	