

Возраст ная группа от 1,5 до 3 лет

| Наименование блюд | № рецептур ы | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Витамин С |
|---------------------------------|--------------------|-------|-------|------|----------|-----------|
| * для детей с пищевой аллергией | | | | | | |

ЯСЛИ МЕНЮ на 12 января 2026 года

| | | | | | | |
|--|---------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| завтрак | | | | | | |
| Каша молочная манная с маслом и сгущённым молоком 1/50 | 204 | 150 | 5.80 | 5.96 | 30.07 | 0.78 |
| Каша пшеничная безмолочная 1/150* | 182 | 150 | 3.42 | 1.50 | 21.32 | 0.42 |
| Сыр порционно 1/10 | 7 | 10 | 2.56 | 2.27 | 0.37 | 0.007 |
| Бутерброд с маслом 1/20/10 | 1 | 30 | 1.07 | 7.70 | 9.80 | 0.00 |
| Чай с сахаром 1/150 | 410 | 150 | 0.09 | 0.09 | 8 | 0.01 |
| Итого | | 340 | 10 | 16 | 48 | 1 |
| 2-ой завтрак | | | | | | |
| Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/100 | 418 | 100 | 0.27 | 0.00 | 22.8 | 2.00 |
| обед | | | | | | |
| Щи зеленые со сметаной на бульоне 1/150 | 88 | 150 | 5.13 | 3.70 | 8.35 | 11.16 |
| Щи зеленые на бульоне 1/150 * | 88 | 150 | 4.00 | 3.50 | 7.95 | 11.00 |
| Плов из отварной птицы 1/150 | 321 | 180 | 15.40 | 18.22 | 31.41 | 0.46 |
| Огурец свежий порционно 1/40 | 71 | 40 | 0.36 | 0.16 | 1.40 | 2.00 |
| Компот из изюма 1/150 | 348 | 150 | 0.55 | 0.25 | 23.06 | 0.00 |
| Хлеб ржано-пшеничный 1/40 | ПР | 40 | 2.08 | 0.48 | 17.72 | 0.00 |
| Итого | | 560 | 24 | 23 | 82 | 14 |
| Полдник | | | | | | |
| Кефир 1/150 | 420 | 150 | 4.82 | 4.16 | 6.65 | 1.06 |
| Компот из сухофруктов 1/150* | 394 | 150 | 1.56 | 1.98 | 19.10 | 29.19 |
| Фрукт (банан) 1/100* | 338М | 100 | 2.00 | 1.00 | 21.00 | 8.00 |
| Печенье в ассортименте 1/40 | ПР /338 | 40 | 3.00 | 6.00 | 27.20 | 0.02 |
| Итого | | 190 | 8 | 10 | 34 | 1 |
| Ужин | | | | | | |
| Запеканка из творога с повидлом 1/130 | 251 | 130 | 17.12 | 12.56 | 29.51 | 0.27 |
| Макаронник с мясом 1/150* | 309 | 150 | 15.81 | 12.04 | 28.04 | 2.17 |
| Чай с сахаром 1/180* | 410 | 180 | 0.09 | 0.09 | 8 | 0.01 |
| Салат из моркови и яблок 1/50 | 41 | 50 | 0.42 | 3.00 | 4.45 | 3.50 |
| Хлеб пшеничный (батон) 1/40 | ПР | 40 | 2.00 | 0.40 | 9.50 | 0.00 |
| Итого | | 400 | 20 | 16 | 51 | 4 |

| |
|--------------|
| |
| Ккал |
| |
| |
| |
| |
| 198.03 |
| 122.28 |
| 32.15 |
| 116.25 |
| 33 |
| 379 |
| |
| 92.27 |
| |
| 87.44 |
| 74.30 |
| 351.30 |
| 8.48 |
| 96.73 |
| 85.60 |
| 630 |
| |
| 83.16 |
| 100.49 |
| 98.00 |
| 176.00 |
| 259 |
| |
| 299.65 |
| 283.85 |
| 33 |
| 46.50 |
| 52.00 |
| 431 |
| |