

Возрастная 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 пшенная 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