

Наименование блюд	№ по сборник у	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины	Ккал
ЯСЛИ МЕНЮ на 03 февраля 2026							
завтрак							
Каша молочная рисовая с маслом 1/150	199	199	4.10	6.90	28.28	0.78	193.20
Каша безмолочная рисовая 1/150 *	199	150	1.70	1.45	21.80	0.01	107.11
Кофейный напиток на молоке 1/150	395	150	2.93	2.42	11.04	0.98	77.67
Чай с сахаром 1/150*	410	150	0.09	0.09	8.00	0.01	33.00
Бутерброд с маслом 1/20/10	1	30	10.70	7.70	9.80	0.00	116.25
Итого		679	20	19	79	2	527
2-ой завтрак							
Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/100	389М	100	0.27	0.00	22.8	2	92.27
обед							
Борщ с капустой и картофелем и сметаной на бульоне 1/150	63	150	4.34	5.95	9.36	6.00	108.35
Борщ с капустой и картофелем без сметаны на бульоне 1/150 *	63	150	4.20	4.70	9.10	6.00	95.22
Жаркое по-домашнему с курицей 1/150	292	150	14.81	11.46	20.59	8.00	244.78
Салат из соленых огурцов 1/40	21	40	0.37	3.01	1.60	4.50	35.38
Компот из изюма 1/150	348	150	0.55	0.25	23.06	0.00	96.73
Хлеб ржано-пшеничный 1/40	ПР	40	2.08	0.48	17.72	0.00	85.60
Итого		530.00	22.15	21.15	72.33	18.50	570.84
Полдник							
Молоко кипяченое 1/150	401	150	5.10	4.20	9.15	2.00	94.80
Чай с сахаром 1/150*	410	150	0.09	0.09	8.00	0.01	33.00
Фрукт (яблоко) 1/100*	338М	100	0.90	0.20	8.10	8.00	43.00
Пряник 1/40	ПР	40	2.48	9.92	24.56	0.016	197.12
Итого		190.00	7.58	14.12	33.71	2.02	291.92
Ужин							
Омлет натуральный 1/150	229	150	16	22.3	6	0.15	289
Каша пшенная с мясом 1/150*	217	150	15.75	11.32	20.43	0.5	246.67
Чай с сахаром 1/180	410	180	0.09	0.09	8.00	0.01	33.00
Салат из моркови и яблок	41	50	0.42	3.00	4.45	3.50	46.50
Хлеб пшеничный (батон) 1/40	ПР	40	2.00	0.40	9.50	0.00	52.00
Итого		420	19	26	28	4	421