

Наименование блюд	№ по сборнику	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Витамин С	Ккал
ЯСЛИ МЕНЮ на 27 февраля 2026							
завтрак							
Каша ячневая молочная с маслом 1/150	199	150	7.30	7.90	32.46	1.01	230.67
Каша ячневая безмолочная 1/150*	199	150	3.68	0.53	24.11	0.10	116.00
Чай с сахаром 1/150*	410	150	0.09	0.09	8.00	0.01	33.00
Какао с молоком 1/150	416	150	3.11	2.43	13.94	1.20	90.09
Хлеб пшеничный (батон) 1/20	ПР	20	1.08	0.20	4.80	0.00	26.00
Сыр порционнo 1/10	7	10	2.56	2.27	0.37	0.007	32.15
Бутерброд с маслом 1/20/10	1	30	10.70	7.70	9.80	0.00	116.25
Итого		360.00	0.00	24.75	20.50	61.37	495.16
2-ой завтрак							
Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/100	389М	100	0.27	0.00	22.8	2	92.27
обед							
Суп гороховый на бульоне 1/150	87	150	8.36	7.44	22.68	3.53	191.39
Винегрет овощной 1/40	46	40	0.70	7.00	3.80	2.34	81.27
Рис отварной с маслом 1/110	332	110	2.80	3.82	26.55	0.00	151.81
Рис отварной без масла 1/110 *	332	110	2.97	2.50	26.40	0.00	138.00
Мясо отварное 1/60 *	289	60	16.73	9.46	0.53	0.26	154.40
Мясо тушеное (свинина) 1/60	256	60	9.03	8.35	2.18	0.28	120.09
Компот из сухофруктов 1/150	394	150	1.56	1.98	19.10	29.19	100.49
Хлеб ржано-пшеничный 1/40	ПР	40	2.08	0.48	17.72	0.00	85.60
Итого		550.00	0.00	24.53	29.08	92.02	35.33
Полдник							
Чай с лимоном 1/150	412	150	0.17	0.12	9.9	0.03	41.35
Чай с сахаром 1/150*	410	150	0.09	0.09	8.00	0.01	33.00
Бутерброд с повидлом 25/25	2	50	2.10	0.50	26.55	0.01	119.1
Фрукт (банан) 1/100*	338М	100	2.00	1.00	21.00	8.00	98.00
Итого		200.00	0.00	2.27	0.62	36.45	0.04
Ужин							
Суп молочный с гречкой 1/180	101	180	5.53	4.53	20.52	0.70	145.00
Гречка рассыпчатая с овощами 1/150*	180	180	7.72	38	45	0.6972	253.27
Чай с сахаром 1/1880	410	180	0.09	0.09	8.00	0.01	33.00
Хлеб пшеничный (батон) 1/40	ПР	40	2.00	0.40	9.50	0.00	52.00
Итого		400.00	0.00	9.81	38.49	62.50	0.71