

Наименование блюд	№ по сборнику	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины	Ккал	
ЯСЛИ МЕНЮ на 25 марта 2026								
завтрак								
Каша молочная рисовая с маслом 1/150	199	150	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	
Какао с молоком 1/150	416	150	3.11	2.43	13.94	1.20	90.09	
Чай с сахаром 1/150*	410	150	0.09	0.09	8.00	0.01	33.00	
Хлеб пшеничный (батон) 1/20	ПР	20	1.08	0.20	4.80	0.00	26.00	
Бутерброд с отварным мясом 1/20/20 *	4	40	9.50	1,42	9.80	0.00	90.00	
Бутерброд с маслом 1/20/10	1	30	10.70	7.70	9.80	0.00	116.25	
Итого		350.00	0.00	18.99	17.22	56.82	1.98	425.54
2-ой завтрак								
Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/100	389М	100	0.27	0.20	22.8	2.00	92.27	
обед								
Рассольник Ленинградский со сметанойна	74	150	4.96	8.25	12.45	1.80	143.80	
Рассольник Ленинградский без сметаны на бульоне 1/150*	74	150	6.80	3.50	10.90	2.00	102.03	
Каша гречневая с маслом 1/110	179	110	6.47	2.27	33.35	0.00	180.75	
Каша гречневая без масла 1/110 *	179	110	6.20	1.14	33.05	0.00	167.50	
Котлета из птицы с маслом 1/60	322	60	8.20	7.91	10.34	0.26	145.44	
Мясо отварное 1/60 *	289	60	16.73	9.46	0.53	0.26	154.40	
Салат из свеклы с горошком 1/40	35	40	1.09	2.64	4.86	2.34	47.58	
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		550.00	0.00	23.34	21.80	101.77	4.40	699.90
Полдник								
Кисель фруктовый 1/150	401	150	0.16	0.16	22.31	18.45	91.26	
Фрукт (яблоко) 1/100*	386	100	0.90	0.20	8.10	8.00	43.00	
Булочка сахарная 1/70	452	70	3.20	6.30	20.50	0.00	129.00	
Итого		220.00	0.00	3.36	6.46	42.81	18.45	220.26
Ужин								
Рагу из овощей 1/150	148	150	2.50	7.90	16.00	15.00	144.50	
Яйцо отварное 1/20	227	20	2.90	2.30	0.14	0.00	32.90	
Чай с сахаром 1/180	410	180	0.11	0.10	8.8	0.3	36.58	
Хлеб пшеничный (батон) 1/50	ПР	50	2.70	0.50	12.00	0.00	65.00	
Итого		400.00	0.00	8.21	10.80	36.94	15.30	278.98