

20 февраля 2026 года			Утверждаю				Заведующий Теленик О.А.					
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Ккал	Выход блюда	Пищевые вещества			Ккал	
			Белки	Жиры	Углево			Белки	Жиры	Углево		
Неделя 2			ЯСЛИ				САД					
День 5												
Завтрак	Суп молочный овсяный	0,150	4,35	4,11	13,93	110,10	0,160	4,64	4,38	14,86	117,44	
	Масло сливочное	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	
	Хлеб пшеничный	0,027	2,90	1,20	11,80	74,00	0,027	2,90	1,20	11,80	74,00	
	Чай с молоком	0,170	2,52	2,21	13,52	84,06	0,180	2,67	2,34	14,31	89,00	
Итого за завтрак		0,350	9,774	9,691	39,285	287,956	0,370	10,212	10,095	41,009	300,240	
Второй завтрак		Йогурт	0,130	4,35	3,75	6,00	75,00	0,130	4,35	3,75	6,00	75,00
Итого 2й завтрак		0,130	4,35	3,75	6,00	75,00	0,130	4,350	3,745	6,000	75,000	
Обед	Овощи солёные	0,030	0,35	0,01	1,15	7,20	0,040	1,49	2,59	3,13	41,80	
	Суп картофельный с крупой	0,150	1,51	1,67	10,20	61,95	0,180	1,81	2,00	12,24	74,34	
	Бефстроганов	0,050	5,95	7,25	3,07	102,60	0,060	7,14	8,70	3,68	123,12	
	Макаронные изделия отварны	0,100	3,66	2,81	17,85	110,00	0,120	4,40	3,37	21,43	132,00	
	Компот из свежих плодов	0,150	0,12	0,12	17,91	73,20	0,180	0,14	0,14	21,49	87,84	
	Хлеб пшеничный	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,020	2,20	1,00	8,80	54,80	
	Хлеб ржаной	0,032	1,92	0,32	14,24	69,44	0,040	2,40	0,40	17,80	86,80	
Итого за обед		0,522	14,610	12,674	68,820	451,790	0,640	19,578	18,209	88,565	600,700	
Уплотненный полдник	Кекс творожный	0,050	4,71	7,42	25,03	186,00	0,060	4,71	7,42	25,03	186,00	
	Икра овощная сборная	0,030	0,38	2,06	2,28	29,87	0,040	0,50	2,75	3,04	39,83	
	Пудинг из мяса	0,050	11,75	3,87	0,55	83,75	0,060	14,10	4,64	0,66	100,50	
	Картофель в молоке	0,100	2,35	2,48	13,16	84,40	0,110	2,58	2,73	14,48	92,84	
	Чай с лимоном	0,150	0,09	0,02	7,76	31,22	0,160	0,10	0,02	8,28	33,30	
	Хлеб пшеничный	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,030	3,30	1,50	13,20	82,20	
Итого за Уплотненный		0,390	20,375	16,348	53,186	442,645	0,460	25,292	19,058	64,690	534,675	
Итого за день		1,392	49,109	42,458	167,291	1257,391	1,600	59,431	51,107	200,264	1510,615	
Среднее значение за период			54,86	47,93	194,68	1369,70		64,27	56,60	226,49	1643,89	