

Утверждаю			19.08.2026									
Заведующий О.А. Теленик			Пищевые вещества									
Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность		
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Каша вязкая из разных круп на сгущенном молоке	0,180	0,200	4,94	6,31	4,54	5,80	14,49	18,52	118,62	151,57	
	Батон	0,020	0,030	2,20	2,20	0,02	0,02	0,04	0,04	0,01	0,01	
	Масло сливочное	0,005	0,005	0,02	0,02	2,18	2,18	0,04	0,04	19,80	19,80	
	Сыр твердый	0,010	0,015	1,62	2,32	2,07	2,95	0,00	0,00	25,20	36,00	
	Чай с молоком сгущенным	0,150	0,180	2,65	2,67	2,33	2,34	11,31	14,31	77,00	89,00	
Итого за завтрак		0,365	0,430	11,434	13,522	11,135	13,291	25,884	32,909	240,625	296,375	
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	0,050	0,050	0,062	0,062	0,062	0,062	15,19	15,19	68,2	68,2	
Итого 2й завтрак		0,050	0,050	0,062	0,062	0,062	0,062	15,19	15,19	68,2	68,2	
Обед	Овощи свежие/ соленные	0,060	0,080	0,35	0,44	0,08	0,08	1,08	8,40	7,20	9,00	
	Суп с домашней лапшой на куриной тушенке	0,150	0,200	1,73	1,92	0,29	0,32	14,40	16,00	64,66	71,84	
	Подлива с мясом (из тушенки куриной)	0,100	0,120	12,93	13,69	10,36	16,68	1,99	7,05	155,80	235,98	
	Картофельное пюре	0,120	0,160	2,04	2,04	3,20	3,20	13,63	13,63	91,50	91,50	
	Компот из свежих плодов	0,150	0,180	0,23	0,31	0,30	0,40	22,15	29,53	90,80	121,07	
	Хлеб пшеничный	0,020	0,030	1,10	1,10	0,50	0,50	4,40	4,40	27,40	27,40	
Итого за обед		0,560	0,720	20,739	22,542	15,171	21,770	69,784	87,600	500,506	638,237	
Ужин	Омлет натуральный	0,130	0,150	14,04	15,08	26,05	27,06	3,00	3,50	314,00	337,00	
	Икра кабачковая консервированная	0,040	0,060	0,48	0,64	2,82	3,76	3,42	4,56	42,48	56,64	
	Сок	0,150	0,180	0,36	0,36	0,36	0,36	8,82	8,82	39,60	39,60	
	Хлеб пшеничный	0,020	0,030	1,10	1,10	0,50	0,50	4,40	4,40	27,40	27,40	
Итого за ужин		0,340	0,420	15,980	17,180	29,730	31,680	19,640	21,280	423,480	460,640	
Итого за день		1,315	1,620	48,215	53,306	56,098	66,803	130,498	156,979	1232,811	1463,452	