

Утверждено		Заведующий О.А. Теленик		26.08.2026							
Прием пищи		выход блюда		Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Каша вязкая из разых 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	Плоды 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/ соленые	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
	Хлеб ржаной	0,020	0,030	2,71	3,49	0,53	0,68	13,21	16,99	70,35	90,45
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