

**МЕНЮ**  
**4 июля 2024г**  
**Ясли 1 – 3 лет**

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша манная молочная вязкая	150	5,1	6,2	27	174	2008/184
2	Бутерброд с маслом	30/5	3,7	6,3	5,8	94,7	2012/1
3	Чай с сахаром и лимоном	150/5			12,8	30,3	2014/268
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>340</b>	<b>8,8</b>	<b>12,5</b>	<b>45,8</b>	<b>299</b>	
1	Сок фруктовый	100			12	50	2008
	<b>Итого за 2-ой завтрак</b>	<b>100</b>			<b>12</b>	<b>50</b>	
<b>ОБЕД</b>							
1	Помидор соленый	30	0,3	1,6	2,9	27	2011/28
2	Суп картофельный с бобовыми (пюре)	150	1,3	4,6	4,8	38,9	2008/99
3	Тефтели из печени	50/20	16,1	8,5	11,1	93,1	2008/256
4	Картофельное пюре	100	2,7	2,7	16,1	96,4	2008/335
5	Компот ягодная смесь	150			16,3	67,9	2008/401
6	Хлеб ржано - пшеничный	40	2,4	0,5	12,6	66,2	2008
	<b>Итого за обед</b>	<b>540</b>	<b>22,8</b>	<b>17,9</b>	<b>63,8</b>	<b>389,5</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
1	Молоко кипяченое	150	2,3	2,4	3,5	45	2008/434
2	Кондитерские изделия (пряник)	30	2,5	3,1	21,1	121,2	2008
	<b>Итого за полдник</b>	<b>180</b>	<b>4,8</b>	<b>5,5</b>	<b>24,6</b>	<b>166,2</b>	
<b>УЖИН</b>							
1	Голубец ленивый	130	8,1	10,8	17,0	263,9	2008/306
2	Кисель п/я концентрата	150			21,2	84,6	2008/411
3	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,5	2008
4	Соус сметанный	30	0,4	1,0	1,5	19,0	2008/371
	<b>Итого за ужин</b>	<b>340</b>	<b>10,8</b>	<b>12</b>	<b>54,5</b>	<b>438</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>47</b>	<b>48</b>	<b>201</b>	<b>1343</b>	

Калькулятор  М.С. Куликова

**МЕНЮ**  
**4 июля 2024г**  
**Сад 3 – 7 лет**

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша манная молочная вязкая	200	5,1	4,5	29	166,9	2008/184
2	Бутерброд с маслом	40/7	4,7	8	7,2	119,9	2012/1
3	Чай с сахаром и лимоном	180/5	0,1		15,3	36,2	2014/268
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>432</b>	<b>9,9</b>	<b>12,5</b>	<b>51,5</b>	<b>323</b>	
1	Сок фруктовый	150			18	75	2008
	<b>Итого за 2-ой завтрак</b>	<b>150</b>			<b>18</b>	<b>75</b>	
<b>ОБЕД</b>							
1	Помидор соленый	60	0,6	2,8	1,8	34,6	2008/48
2	Суп картофельный с бобовыми и гречками	180/10	6,5	1,9	5,8	46,7	2008/99
3	Тефтели из печени	70	12	13	11,6	182,7	2008/287
4	Картофельное пюре	130	1,4	3,3	13,9	91,4	2008/335
5	Компот ягодная смесь	180			19,6	81,5	2008/401
6	Хлеб ржано - пшеничный	40	2,5	0,5	12,6	66,2	2008
	<b>Итого за обед</b>	<b>670</b>	<b>23</b>	<b>21,5</b>	<b>65,3</b>	<b>503,1</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
1	Молоко кипяченое	200	3	3,2	4,7	67	2008/434
2	Кондитерские изделия (пряник)	50	2,5	3	36,5	185	2008
	<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>5,5</b>	<b>6,2</b>	<b>41,2</b>	<b>252</b>	
<b>УЖИН</b>							
1	Голубцы ленивые	200	8,3	18,6	14,1	206	2008/306
2	Кисель п/я концентрат	180			25,4	101,5	2008/411
3	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	94	2008
4	Соус сметанный	50	0,6	1,6	2,5	31,2	2008/371
	<b>Итого за ужин</b>	<b>470</b>	<b>11,9</b>	<b>20,5</b>	<b>61,7</b>	<b>432,7</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>50</b>	<b>61</b>	<b>238</b>	<b>1586</b>	

Калькулятор  М.С. Куликова