

1 ДЕНЬ

Заведующий А.В. Калачёва

Детский сад № 42

Меню

на

2026г.

НАИМЕНОВАНИЕ

ЯСЛИ

САД

Выход
порций, гр.

Пищевые вещества

Энергетич.
ценность,
ккал

Выход
порций, гр.

Пищевые вещества

Энергетич.
ценность,
ккал

Номер
рецептуры

Белки

Жиры

Углеводы

Белки

Жиры

Углеводы

ЗАВТРАК

Каша "Дружба"	130	3,35	5,04	16,95	126,44	184	4,74	7,13	23,99	178,97	Ттк № 50
Масло сливочное	7,00	0,04	5,78	0,06	52,36	8,00	0,04	6,6	0,06	59,84	Ттк № 11
Хлеб "Крестьянский"	16,68	1,28	0,16	7,99	39,36	22,00	1,69	0,22	10,54	51,92	пром.
Чай с сахаром	180	0,11	0,03	9,00	34,11	200	0,12	0,03	10	37,9	Ттк № 57
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	333,68	4,78	11,01	34	252,27	414	6,59	14	44,59	329	

10 часов:

ЗАВТРАК 2

Сок	95	0	0	10,93	43,7	100	0	0	11,5	46	пром.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 :	95	0	0	10,93	43,7	100	0	0	11,5	46	

ОБЕД

Суп картоф. с рыбой со сметаной	197	5,6	3,35	13,74	110,04	232	6,6	3,95	16,18	129,59	Ттк № 14
Голубцы ленивые	50	3,98	2,75	3,22	52,55	60	4,77	3,3	3,86	63,07	Ттк № 24
Соус молочный	30	0,79	1,94	2,36	29,81	40	1,05	2,58	3,14	39,74	Ттк № 71
Пюре картоф.	80	1,62	2,53	10,32	71,59	100	2,03	3,16	12,9	89,49	Ттк № 52
Компот из сухофруктов	160	0,28	0	13,86	54,44	200	0,34	0	17,33	68,05	Ттк № 60
Хлеб "Крестьянский"	10	0,77	0,1	4,8	23,6	10	0,77	0,1	4,8	23,6	пром.
Хлеб "Дарницкий"	26	1,82	0,26	11,96	57,2	32	2,24	0,32	14,72	70,4	пром.
ИТОГО ЗА ОБЕД:	553	14,9	10,9	60,3	399	674	17,8	13	72,93	483,94	

ПОЛДНИК

Пирожок с капустой	50	2,98	4,21	16,73	117,46	50	2,98	4,21	16,73	117,46	Ттк № 65
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	50	2,98	4,21	16,73	117,46	50	2,98	4,21	16,73	117,46	

УЖИН

Лапша молочная	130	4,06	5,89	15,25	125,35	180	5,62	8,15	21,12	173,56	Ттк № 37
Биойогурт "Бифилайф"	150	42,00	3,75	16,5	117	170	47,60	4,25	18,7	132,6	пром.
Хлеб "Крестьянский"	16	1,23	0,15	7,67	37,76	22	1,69	0,21	10,54	51,92	пром.
ИТОГО ЗА УЖИН:	296	47,29	9,8	39,42	280,11	372	54,91	12,6	50,36	358	

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1327,68	69,9	35,9	161,3	1093	1610	82,3	44	196,1	1334	
----------------	---------	------	------	-------	------	------	------	----	-------	------	--