

8 ДЕНЬ
Заведующий А.В. Калачёва

Детский сад № 42

Меню	на	2026г.
------	----	--------

НАИМЕНОВАНИЕ	ЯСЛИ					САД					Номер рецептуры
	Выход порций, гр.	Пищевые вещества			Энергетич. ценность, ккал	Выход порций, гр.	Пищевые вещества			Энергетич. ценность, ккал	
		Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК											
Каша ячневая	130	3,21	4,71	15,98	119,15	184	4,54	6,67	22,62	168,64	Ттк № 46
Повидло	12	0,05	0	7,8	30	12	0,05	0	7,8	30	пром.
Хлеб "Крестьянский"	16	1,23	0,16	7,67	37,76	22	1,69	0,22	10,54	51,92	пром.
Какао	170	2,79	3,02	12,95	87,97	200	3,28	3,55	15,24	103,5	Ттк № 59
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	328	7,28	7,89	44,4	274,88	418	9,56	10,4	56,2	354	
10 часов: ЗАВТРАК 2											
Нап-к из сока	160	0,32	0	17,8	69,8	160	0,32	0	17,8	69,8	пром.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 :	160	0,32	0	17,8	69,8	160	0,32	0	17,8	69,8	
ОБЕД											
Рассольник со сметаной	177	1,59	3,15	11,68	83,32	208	1,87	3,71	13,72	97,91	Ттк № 21
Говядина тушёная с капустой						160	13,35	5,68	11,2	151,88	Ттк № 26
Зап-ка капустная с мясом	130	15,5	10,43	10,75	199,95						Ттк № 73
Нап-к Витошка						200	0	0	8,47	31,22	Ттк № 62
Сок	100	0	0	11,5	46						пром.
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:	443	19,7	13,94	50,7	410	610	18,23	9,81	52,91	375,01	
ПОЛДНИК											
Печенье "Топлёное молоко"	22	1,5	4,07	3,26	95,26	22	1,5	4,07	3,26	95,26	пром.
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	22	1,5	4,07	3,26	95,26	22	1,5	4,07	3,26	95,26	
УЖИН											
Катлета рыбная	35	5,21	1,59	3,38	46,76	40	5,96	1,82	3,87	53,44	Ттк № 39
Соус молочный	30	0,79	1,94	2,36	29,81	40	1,05	2,58	3,14	39,74	Ттк № 71
Макароны отварные	70	2,44	1,95	14,48	85,36	80	2,78	2,23	16,55	97,56	Ттк № 70
Кефир	150	4,50	3,75	5,85	75,00	170	5,10	4,25	6,63	85,00	пром.
Хлеб "Крестьянский"	16	1,23	0,16	7,67	37,76	22	1,69	0,22	10,54	51,92	пром.
ИТОГО ЗА УЖИН:	301	14,2	9,4	33,74	274,69	352	16,58	11,1	40,73	328	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1254	43	35,3	149,9	1125	1562	46,2	35	170,9	1222	