

Меню приготавливаемых блюд на 26.01.2026



Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Каша ячневая	150	5,464	6,659	23,074	172,5	
	Кофейный напиток на молоке	150	3,51	3,876	13,702	101,01	
	Батон	20	1,5	0,58	10,104	52,6	
Итого за завтрак		320	10,474	11,115	46,88	326,11	
Второй завтрак	Фрукты свежие – яблоки	108	0,432	0,432	10,584	48,6	
Итого за второй завтрак		108	0,432	0,432	10,584	48,6	
Обед	Уха из минтая с яйцом	150	8,026	4,786	5,0505	104,413	
	Запеканка картофельная с овощами	150	4,22	6,1	22,3	169	
	Икра кабачковая	30	0,06	2,7	5,22	45,4	
	Компот из урюка	150	0,1	0	12,8	52,6	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
	Хлеб «Дарницкий»	20	1,404	0,218	9,26	43,2	
Итого за обед		520	15,45	14,036	64,1865	462,413	
Полдник	Кефир без сахара	150	4,5	3,75	6	76,5	
Итого за полдник		150	4,5	3,75	6	76,5	
	Запеканка из творога с рисом	110	13,396	19,548	18,82	302,2	
	Сладкий подлив на соке	50	0,002	0	6,554	25,21	
	Чай с сахаром и лимоном	150	0,19	0,033	10,3	44,43	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
Итого за ужин		330	15,228	19,813	45,23	419,64	
Итого за день		1428	46,084	49,146	172,881	1256,763	



Меню приготавливаемых блюд на 26.01.2026

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Каша ячневая	200	6,24	8,685	25,367	203,8	
	Кофейный напиток на молоке	200	4,478	5,088	20,035	138	
	Батон	30	2,25	0,77	15,156	78,9	
Итого за завтрак		430	12,968	14,543	60,558	420,7	
Второй завтрак	Фрукты свежие – апельсины	120	1,08	0,24	9,72	48	
Итого за второй завтрак		120	1,08	0,24	9,72	48	
Обед	Уха из минтая с яйцом	200	8,251	4,901	6,0165	100,05	
	Запеканка картофельная с овощами	200	5,62	8,133	29,73	225,3	
	Икра кабачковая	50	0,01	4,5	8,7	75,7	
	Компот из урюка	200	0,66	0	24,495	97,95	
	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,348	14,334	71,7	
	Хлеб «Дарницкий»	30	2,106	0,327	13,89	64,8	
Итого за обед		710	19,107	18,209	97,1655	635,5	
Полдник	Кефир без сахара	200	6	5	8	102	
Итого за полдник		200	6	5	8	102	
	Запеканка из творога с рисом	130	16,66	23,548	20,543	357,94	
	Сладкий подлив на соке	50	0,002	0	6,554	25,21	
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,21	0,031	18,288	63,536	
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,232	9,556	47,8	
Итого за ужин		400	18,512	23,811	54,941	494,486	
Итого за день		1860	57,667	61,803	230,385	1700,69	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443769

Владелец Ленченко Наталья Васильевна

Действителен с 13.05.2025 по 13.05.2026