



МЕНЮ  
1 апреля 2026 г.  
Ясли

УТВЕРЖДАЮ

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	3,8	6,1	21,0	154,2	189	2008
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	31,5	213	2008
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		2008
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	11,3	45,0	430	2008
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>427</b>	<b>8,1</b>	<b>17,4</b>	<b>42,8</b>	<b>357,9</b>		
<b>II Завтрак</b>								
	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	4,5	1,5	6,3	60,0	435	2008
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>		
<b>Обед</b>								
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ПТИЦЫ	150	5,2	2,9	10,7	89,6		
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	0,5	26,3	126,2	204	2012
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	55	6,3	7,9	5,6	117,9	286	2012
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,0	0,1	25,4	106,9	394	
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>595</b>	<b>20,1</b>	<b>13,7</b>	<b>89,8</b>	<b>563,8</b>		
<b>Полдник</b>								
	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОКОМ	50	2,7	3,9	19,9	108,7	437	
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1	0,1	20,9	84,8	411	2008
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>2,8</b>	<b>4,0</b>	<b>40,8</b>	<b>193,5</b>		
<b>Ужин</b>								
	РАГУ ОВОЩНОЕ (1 ВАРИАНТ)	160	2,9	7,2	13,6	138,4	342	2012
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	13,9	55,6	430	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>6,0</b>	<b>7,6</b>	<b>46,4</b>	<b>284,5</b>		
	<b>Всего за день:</b>		<b>37,3</b>	<b>43,0</b>	<b>229,6</b>	<b>1 446,7</b>		



МЕНЮ  
1 апреля 2026 г.  
Сад

УТВЕРЖДАЮ

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,0	8,1	27,9	205,1	189	2008
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	2,6	2,3	0,2	63,0	213	2008
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	11,3	45,0	430	2008
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>457</b>	<b>10,1</b>	<b>19,7</b>	<b>54,8</b>	<b>466,5</b>		
<b>II Завтрак</b>								
	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	6,0	2,0	8,4	79,8	435	2008
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>		
<b>Обед</b>								
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ПТИЦЫ	200	6,2	3,4	12,7	107,5		
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	0,6	31,1	149,2	204	2012
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	9,2	11,1	8,2	217,0	286	2012
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,9	0,1	22,9	96,3	394	
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>25,5</b>	<b>18,2</b>	<b>102,1</b>	<b>682,7</b>		
<b>Полдник</b>								
	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОКОМ	50	2,7	3,9	19,9	108,7	437	
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1	0,1	27,8	112,7	411	2008
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>2,8</b>	<b>4,0</b>	<b>47,7</b>	<b>221,5</b>		
<b>Ужин</b>								
	РАГУ ОВОЩНОЕ (1 ВАРИАНТ)	200	3,6	9,2	17,0	172,8	342	2012
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	13,9	55,6	430	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>7,4</b>	<b>9,7</b>	<b>54,7</b>	<b>341,8</b>		
	<b>Всего за день:</b>		<b>46,2</b>	<b>52,0</b>	<b>269,1</b>	<b>1 800,3</b>		