

Утверждаю



МЕНЮ
7 ноября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,23	1,85	7,71	56,70	0,13
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,06	6,83	19,33	159,50	0,46
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	155	2,95	2,37	10,63	76,62	0,41
2024	49	МАНДАРИН	92	0,74	0,18	6,94	35,15	35,15
Итого			397	10,98	11,23	44,61	327,97	36,15
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	180	5,05	4,51	8,13	101,86	1,26
Итого			180	5,05	4,51	8,13	101,86	1,26
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	29	0,46	1,46	2,96	27,51	7,86
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	153/20/10	7,12	6,24	6,81	111,97	1,16
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	50	5,92	4,59	5,20	85,76	0,16
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	106	2,11	3,67	13,31	95,10	6,09
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,82	0,24	11,66	56,09	0,00
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,95	0,06	15,92	68,81	0,30
Итого			546	18,38	16,26	55,86	445,24	15,57
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,26	16,28	19,98	326,42	0,25
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	32	0,04	0,04	5,47	22,58	0,38
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	16,50	67,50	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			332	24,80	16,90	52,23	468,90	0,63
Всего				59,21	48,90	160,83	1 343,97	53,61

МЕНЮ

7 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29	3,84	3,77	8,83	85,40	0,12
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,83	9,36	29,78	227,05	0,41
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	6,05	8,04	30,64	218,91	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	92	1,50	0,50	21,00	96,00	10,02
Итого			451	11,37	13,63	65,91	434,55	10,55
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200	5,61	5,01	9,03	113,18	1,40
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ (аллергии)	93	1,40	0,47	19,53	89,28	9,32
Итого			200	5,61	5,01	9,03	113,18	1,40
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	48	0,82	2,93	3,81	46,04	13,97
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	182/10/20	7,13	5,38	16,67	143,86	1,00
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергии)	200	1,06	3,42	7,74	66,27	3,80
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	73	6,69	1,86	2,10	52,16	0,88
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии)	65	12,70	0,48	0,00	54,75	0,33
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	126	2,47	4,17	15,62	110,55	7,14
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	115	2,24	3,68	18,23	115,16	9,22
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	199	0,08	0,06	29,56	116,68	0,22
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,56	0,34	16,40	78,91	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,86	0,72	12,72	64,86	0,00
Итого			722	21,61	15,46	96,88	613,06	23,21
Полдник								
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	28,76	16,46	26,38	377,19	0,31
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	6,60	6,89	26,11	193,12	0,97
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	30	0,10	0,04	4,30	19,65	1,16
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,00	0,00	22,14	95,85	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	39	3,00	1,20	20,60	104,80	0,00
Итого			429	31,86	17,70	73,42	597,49	1,47
Всего				70,45	51,80	245,24	1 758,28	36,63