



МЕНЮ

17 марта 2026 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	32	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	10	0,31	0,02	0,65	4,02	0,42
2024	61	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	133	9,96	18,52	2,20	215,56	0,18
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,08	0,00	7,26	29,34	0,02
2012	368	ГРУША	95	0,38	0,28	9,76	44,55	4,74
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,93	0,12	5,93	28,55	0,00
Итого			402	11,66	18,94	25,80	322,02	5,36
II Завтрак								
2024	62	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	186	5,39	4,65	7,81	100,44	1,49
Итого			186	5,39	4,65	7,81	100,44	1,49
Обед								
2011	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	41	0,46	2,71	1,56	33,29	32,38
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,27	5,26	8,05	99,10	6,17
2011	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	62	8,59	13,65	12,39	206,69	1,68
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	114	2,59	3,81	14,74	104,04	6,83
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	147	0,00	0,00	16,13	66,00	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,40	0,54	9,59	48,91	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,93	0,12	5,93	28,55	0,00
Итого			562	18,24	26,09	68,39	586,58	47,06
Полдник								
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60	11,92	8,99	0,26	129,38	0,39
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	108	1,93	3,67	11,64	87,85	8,21
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,14	0,05	11,20	43,80	0,20
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	48	6,05	4,31	18,90	139,00	0,05
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,24	0,16	7,91	38,07	0,00
Итого			397	21,28	17,18	49,91	438,10	8,85
Всего				56,57	66,86	151,91	1 447,14	62,76



МЕНЮ

17 марта 2026 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	28	1,45	8,32	9,67	119,44	0,00
2024	ТК № 43	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	204	17,23	18,07	12,99	283,78	1,41
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	200	6,11	8,87	30,12	224,47	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,18	0,01	7,48	31,90	1,15
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,30	10,26	46,83	4,98
Итого			532	19,26	26,70	40,40	481,95	7,54
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	199	5,56	4,97	8,96	112,26	1,39
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	151	0,60	0,45	15,53	70,85	7,54
Итого			199	5,56	4,97	8,96	112,26	1,39
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,55	3,08	1,74	37,91	12,45
2024	ТК № 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	170/15/15	6,18	10,27	9,18	160,39	7,51
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергии)	200	1,28	5,06	8,44	84,69	6,70
2024	ТК № 45	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	70	10,07	13,49	13,25	218,11	2,25
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	51	14,84	12,77	0,00	173,93	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,17	2,73	31,79	172,12	0,00
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (аллергии)	101	2,07	6,85	15,97	134,14	7,97
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,05	0,04	8,94	34,73	0,15
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,24	0,16	7,91	38,07	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,06	0,41	7,27	37,05	0,00
Итого			693	24,32	30,18	80,08	698,38	22,36
Полдник								
2024	ТК № 46	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	11,31	8,35	2,64	130,83	0,31
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	51	14,84	12,77	0,00	173,93	0,00
2008	175	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ	115	4,61	12,29	10,48	171,64	25,82
		КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ (аллергии)	121	2,18	0,26	3,68	26,23	25,96
2024	ТК № 47	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,32	0,07	15,75	65,48	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,24	0,16	7,91	38,07	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,76	0,68	12,04	61,38	0,00
2011	431	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ	55	4,55	1,57	32,44	161,87	0,14
Итого			462	23,79	23,12	81,26	629,27	26,27
Всего				72,93	84,97	210,70	1 921,86	57,56