

МЕНЮ

23 января 2026 г.

Ясли 10,5 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								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	113,30	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,96	2,94	16,63	109,22	0,42
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,76	2,33	10,10	73,16	0,47
Итого			365	9,00	10,27	42,19	295,68	0,89
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР	140	3,94	3,40	5,43	71,99	0,39
Итого			140	3,94	3,40	5,43	71,99	0,39
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,61	3,04	1,30	35,88	9,20
2012	109	БУЛЬОН КУРИННЫЙ С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ	150	7,83	6,91	11,59	138,37	0,74
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	11,46	13,99	12,31	222,43	13,43
2012	372	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД	150	0,20	0,13	10,15	43,40	1,20
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			530	20,90	24,17	40,47	464,88	24,57
Уплотненный Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100/30	18,66	14,60	19,53	287,06	0,37
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,78	0,16	15,68	66,74	1,28
2008	б/н	кондитерские изделия/печенье	10	0,72	0,91	7,09	39,48	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	85	0,24	0,24	5,89	28,26	6,01
Итого			385	20,40	15,91	48,19	421,54	7,66
Всего				54,24	53,75	136,28	1 254,09	33,51

МЕНЮ

22 января 2026 г.

Сад 10,5 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								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,03	5,17	20,60	137,46	0,00
2008	64	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	30	0,80	0,06	1,89	11,64	1,20
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	8,99	8,84	5,01	136,05	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,29	2,67	13,02	90,00	0,57
Итого			405	16,21	16,74	40,52	375,17	2,29
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Итого			180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Обед								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМ ОГУРЦОМ	50	0,68	2,91	3,57	43,27	1,60
2021	121	УХА С КРУПой	180	8,82	6,52	15,00	153,09	4,31
2012	289	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	70	13,04	15,99	5,94	222,41	0,10
2012	321	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	4,16	5,96	22,75	161,82	10,39
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,83	27,29	0,00
2008	64	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			660	28,58	31,51	60,49	639,78	16,60
Уплотненный Полдник								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	140	5,84	5,91	19,57	155,60	0,62
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	90	7,46	5,37	54,43	295,83	0,20
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	7,03	26,49	0,02
2008	64	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	100	0,90	0,20	8,10	42,99	59,99
Итого			520	14,30	11,48	89,13	522,91	60,83
Всего				59,96	59,90	207,77	1 612,94	81,16