

МЕНЮ
28 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 | 3 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 40 | 3,79 | 5,26 | 16,41 | 125,74 | 0,04 |
| 2021 | 227 | КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 3,72 | 2,88 | 16,38 | 106,84 | 0,42 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,69 | 2,18 | 10,75 | 74,00 | 0,47 |
| Итого | | | 370 | 10,20 | 10,32 | 43,54 | 306,58 | 0,93 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 385 | МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ | 140 | 3,94 | 3,40 | 6,52 | 73,33 | 0,73 |
| Итого | | | 140 | 3,94 | 3,40 | 6,52 | 73,33 | 0,73 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 40 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 30 | 0,61 | 3,16 | 1,30 | 36,98 | 9,20 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ | 150 | 5,85 | 5,91 | 11,83 | 124,64 | 13,59 |
| 2012 | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 50 | 8,32 | 6,15 | 1,54 | 94,82 | 0,26 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 4,05 | 5,94 | 21,81 | 157,37 | 9,91 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ) | 150 | 0,18 | 0,04 | 10,94 | 45,13 | 0,00 |
| 2008 | б/н | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 0,80 | 0,10 | 5,12 | 24,80 | 0,00 |
| Итого | | | 530 | 19,81 | 21,30 | 52,54 | 483,74 | 32,96 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 287 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ | 50 | 6,61 | 6,66 | 9,84 | 125,52 | 0,34 |
| 2011 | 140 | СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 110/30 | 2,95 | 4,74 | 16,83 | 121,62 | 4,58 |
| 2012 | 391 | ЧАЙ С САХАРОМ | 160 | 0,08 | 0,00 | 5,91 | 23,96 | 0,02 |
| 2008 | б/н | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 101,20 | 0,00 |
| 2008 | б/н | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ | 90 | 0,36 | 0,36 | 8,81 | 42,25 | 8,99 |
| Итого | | | 480 | 13,00 | 12,92 | 61,95 | 414,55 | 13,93 |
| Всего | | | | 46,95 | 47,94 | 164,55 | 1 278,20 | 48,55 |

МЕНЮ
28 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 | 3 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 50 | 5,18 | 7,36 | 19,59 | 162,72 | 0,07 |
| 2021 | 227 | КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ | 180 | 4,57 | 4,20 | 19,07 | 132,99 | 0,52 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 3,00 | 2,43 | 12,39 | 84,09 | 0,52 |
| Итого | | | 410 | 12,75 | 13,99 | 51,05 | 379,80 | 1,11 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 385 | МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ | 180 | 5,22 | 4,50 | 8,64 | 97,20 | 2,34 |
| Итого | | | 180 | 5,22 | 4,50 | 8,64 | 97,20 | 2,34 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 40 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,97 | 3,11 | 1,91 | 41,03 | 15,50 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ | 180 | 7,92 | 8,29 | 12,60 | 157,38 | 14,83 |
| 2012 | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 70 | 12,23 | 5,57 | 2,47 | 109,19 | 0,42 |
| 2012 | 363 | СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ | 40 | 0,86 | 3,32 | 5,49 | 55,33 | 0,00 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 4,44 | 6,20 | 23,22 | 167,08 | 10,44 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ) | 180 | 0,22 | 0,05 | 13,10 | 54,14 | 0,00 |
| 2008 | б/н | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 1,00 | 0,13 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| Итого | | | 700 | 27,64 | 26,67 | 65,19 | 615,15 | 41,19 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 287 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ | 70 | 10,68 | 9,88 | 14,83 | 190,63 | 0,34 |
| 2011 | 140 | СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 130/30 | 3,24 | 4,69 | 18,55 | 129,20 | 5,38 |
| 2012 | 391 | ЧАЙ С САХАРОМ | 190 | 0,10 | 0,00 | 6,92 | 28,08 | 0,02 |
| 2008 | б/н | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 3,64 | 1,41 | 24,93 | 122,71 | 0,00 |
| 2008 | б/н | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,02 | 10,00 |
| Итого | | | 570 | 18,06 | 16,38 | 75,03 | 517,64 | 15,74 |
| Всего | | | | 63,67 | 61,54 | 199,91 | 1 609,79 | 60,38 |