

МЕНЮ
3 сентября 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	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,90	1,93	7,70	44,08	0,00
2024	24	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,40	6,18	22,92	141,63	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	155	1,99	2,61	11,52	72,00	0,00
2012	368	ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	39,65	0,00
Итого			400	6,67	11,10	51,45	297,36	0,00
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	140	3,20	3,75	5,80	67,00	0,00
Итого			140	3,20	3,75	5,80	67,00	0,00
Обед								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,44	0,08	1,52	9,60	10,00
2024	44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/5	4,50	6,05	15,99	110,10	0,00
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50	2,41	3,35	4,03	57,95	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	135	2,60	4,09	21,04	121,33	0,00
2024	3	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	145	0,09	0,06	24,91	97,96	0,24
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,59	10,25	52,27	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			570	12,53	14,40	86,22	490,00	10,24
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,46	2,23	0,14	30,46	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	165	9,96	9,56	12,49	208,73	0,00
2024	57	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,18	0,04	10,40	43,80	5,16
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	2,41	1,04	16,71	145,77	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			410	16,13	13,05	48,22	469,55	5,16
Всего				38,53	42,30	191,69	1 323,91	15,40

Ответственный по питанию

Холодкова О,В



МЕНЮ

3 сентября 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ МОЛОЧНАЯ	150	2,89	5,08	20,80	139,43	0,00
2024	ТК № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ (аллергии)	150	4,50	1,00	33,23	160,16	1,49
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,14	11,44	87,13	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			460	10,91	12,15	52,32	362,36	4,07
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	2,93	5,00	13,49	90,89	0,00
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	90	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Итого			180	2,93	5,00	13,49	90,89	0,00
Обед								
2024	ТК № 55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	55	3,20	6,41	3,58	85,37	0,00
2024	ТК № 56	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/10/10	2,43	5,22	1,92	110,67	0,00
2024	ТК № 56	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (аллергии)	180/10/10	4,40	6,04	7,24	101,17	6,63
2024	ТК № 57	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	70	6,19	4,96	10,02	77,32	0,00
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	70	12,37	8,31	0,00	125,65	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	2,80	2,60	17,51	104,86	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	135	2,26	0,46	18,38	86,82	9,30
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	30,35	119,71	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			715	18,95	20,38	91,52	637,72	0,00
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,93	4,46	0,27	60,92	0,00
2024	ТК № 58	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	6,49	9,47	21,06	206,09	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,92	0,00	23,28	100,83	7,33
2008	451	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	70	4,21	4,01	34,03	187,17	2,49
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	65	0,24	0,24	5,88	28,20	2,40
Итого			508	17,87	18,12	87,12	595,80	9,82
Всего				50,66	55,65	244,45	1 686,77	13,89