



МЕНЮ

15 июня 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,88	1,91	7,63	43,66	0,00
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,80	5,70	19,79	134,90	0,00
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4,37	5,99	22,23	160,09	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,97	2,59	11,40	71,30	0,00
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,00
2024	49	МАНДАРИН	113	0,90	0,22	8,41	42,60	42,60
	ТК№006	ЯБЛОКО (аллергики)	94	0,38	0,38	9,20	44,10	9,38
Итого			413	7,55	10,42	47,23	292,46	42,60
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	179	5,73	4,83	10,38	107,38	1,25
	ТК№006	ЯБЛОКО (аллергики)	94	0,38	0,38	9,20	44,10	9,33
Итого			179	5,73	4,83	10,38	107,38	1,25
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	35	0,53	1,69	3,42	31,81	9,09
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	48	0,36	0,00	1,21	6,79	1,94
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/10	4,50	2,91	14,00	132,00	0,00
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	50	3,94	4,85	7,07	133,32	0,00
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	11,33	0,41	0,00	112,27	0,41
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	110	2,19	3,59	14,46	99,45	0,53
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (аллергики)	150	2,44	3,68	18,83	118,69	0,59
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,22	0,21	10,28	49,46	0,00
Итого			549	12,38	13,25	56,01	473,13	9,62
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,19	13,57	21,85	278,76	0,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	155	3,82	7,00	40,44	240,10	0,00
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,04	20,71	0,28
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	151	0,75	0,00	19,15	82,95	6,03
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			331	15,27	14,18	56,33	434,82	6,31
Всего				40,93	42,68	169,95	1 307,79	59,78

МЕНЮ

15 июня 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	3,90	3,60	10,49	90,58	0,07
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,34	7,97	14,83	150,34	0,00
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4,37	5,99	21,41	156,86	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	99	1,47	0,49	20,58	94,08	9,82
Итого			459	10,85	12,06	51,99	359,86	9,92
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	199	6,36	5,37	11,53	119,31	1,39
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ (аллергики)	98	1,47	0,49	20,58	78,41	3,92
Итого			199	6,36	5,37	11,53	119,31	1,39
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	55	0,94	3,39	4,41	53,24	16,15
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	48	0,36	0,00	1,21	6,79	1,94
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/10/20	4,96	0,67	9,54	126,15	0,00
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	180/10/20	0,18	0,02	0,74	3,88	1,39
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	5,85	11,38	2,60	75,73	0,00
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12,88	8,65	0,00	130,81	0,00
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ (аллергики)	70	6,78	3,50	1,65	65,34	0,71
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,59	3,87	17,00	113,71	0,64
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (аллергики)	150	2,44	4,33	18,88	124,72	0,58
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	30,66	120,92	0,24
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,23	0,30	14,25	68,53	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			714	18,54	20,40	91,31	623,78	17,03
Полдник								
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	12,39	15,02	31,43	323,77	0,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	160	3,82	8,29	40,44	251,72	0,00
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	30	0,39	0,01	3,80	15,61	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	181	0,91	0,00	23,09	99,99	0,00
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,00
2024	ТК № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			431	16,69	16,19	78,88	544,17	0,00
Всего				52,44	54,02	233,71	1 647,12	28,34