

МЕНЮ

29 мая 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	15	1,39	1,42	5,67	32,42	0,00
2024	51	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	100	4,59	4,47	22,37	148,40	0,01
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,00
2024	49	МАНДАРИН	64	0,51	0,13	4,78	24,19	24,19
Итого			329	8,63	8,19	44,33	265,35	24,20
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	167	4,67	4,17	7,52	94,18	1,17
Итого			167	4,67	4,17	7,52	94,18	1,17
Обед								
2024	30	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/5	3,17	3,94	3,38	62,91	1,68
2012	122	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	35	4,10	2,91	3,09	71,71	0,00
2012	320	*** КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	110	1,86	2,11	4,76	45,68	15,05
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,39	0,09	16,88	70,47	0,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,94	0,16	7,92	38,11	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,13	0,50	8,95	45,59	0,00
Итого			501	11,59	9,71	44,98	334,47	16,73
Полдник								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	33	0,27	0,03	0,83	4,63	3,30
2012	219	ОМЛЕТ	115	8,49	16,69	6,48	210,23	0,22
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,82	0,13	6,19	29,78	0,00
Итого			325	9,74	16,89	24,36	272,51	3,52
Всего				34,63	38,96	121,19	966,51	45,62

**МЕНЮ**

29 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,75	2,54	7,40	63,94	0,05
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,00
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ БЕЗ САХАРА (аллергики)	150	4,31	5,24	21,11	149,42	0,50
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ (аллергики)	150	1,68	0,24	22,61	99,30	0,00
2024	TK № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	165	3,47	2,86	10,43	79,44	0,00
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,15	0,00	0,31	1,80	0,03
2024	TK № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	67	0,64	0,16	6,03	30,55	0,00
Итого			402	11,97	11,86	38,62	338,74	0,05
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	175	2,43	4,35	11,37	78,96	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			175	2,43	4,35	11,37	78,96	0,00
Обед								
2024	TK № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	29	0,23	0,03	0,48	3,71	1,43
2024	TK № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	140/8/12	2,79	5,56	6,43	89,99	2,45
2024	TK № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (аллергики)	150/8/12	2,67	5,88	11,34	109,34	4,94
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	50	7,23	7,34	5,15	117,02	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	4,48	2,44	28,70	154,83	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,13	0,00	0,27	1,60	0,03
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,96	0,13	6,19	29,78	0,00
2024	TK № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	13	0,97	0,37	6,70	34,14	0,00
Итого			602	16,70	15,90	60,85	457,41	4,00
Полдник								
2024	TK № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	17,29	19,78	32,50	377,04	1,05
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	169	0,85	0,17	17,09	72,76	0,00
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,13	0,00	0,27	1,60	0,03
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,19	0,16	7,63	36,71	0,00
Итого			357	19,33	20,11	57,22	486,51	1,05
Всего				50,43	52,22	168,06	1 361,62	5,10