

МЕНЮ

15 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	2,12	4,25	14,45	102,15	0,00
2008	6н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	20	0,52	0,04	1,11	6,80	0,70
2012	215	ОМПЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7,45	7,31	4,40	113,74	0,46
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,41	2,03	9,41	66,23	0,41
Итого			345	12,50	13,63	29,37	288,92	1,57
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,76	0,16	15,24	64,88	1,24
Итого			160	0,76	0,16	15,24	64,88	1,24
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ	30	0,40	2,99	2,31	37,96	0,92
2008	89	РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ	150	4,50	2,15	14,96	97,83	4,83
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	8,17	8,83	6,96	139,83	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,08	3,70	19,59	124,04	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,85	22,57	0,00
2008	6н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			530	16,95	17,77	54,59	447,03	5,75
Уплотненный Полдник								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	100	18,14	12,65	19,07	265,93	0,17
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,83	2,06	5,18	42,72	0,15
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,08	0,00	5,81	23,50	0,02
2008	6н	кондитерские изделия/печенье	10	0,51	0,66	5,12	28,51	0,00
2008	6н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	95	0,50	0,11	4,51	23,93	33,39
Итого			395	20,06	15,48	39,69	384,59	33,73
Всего				50,27	47,04	138,89	1 185,42	42,29

МЕНЮ

15 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	2,82	4,52	19,24	125,73	0,00
2008	6н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0,79	0,05	1,66	10,19	1,05
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	8,91	8,65	4,94	133,79	0,51
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,31	2,79	11,89	86,03	0,56
Итого			405	15,83	16,01	37,53	355,74	2,12
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,85	0,17	17,15	72,99	1,40
Итого			180	0,85	0,17	17,15	72,99	1,40
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ	50	0,69	2,96	3,87	45,14	1,54
2008	89	РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ	180	4,70	3,79	15,41	115,45	5,03
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	11,61	13,96	7,15	201,14	0,01
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,28	3,84	27,30	160,97	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,65	26,61	0,00
2008	6н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			660	22,48	24,68	66,78	580,31	6,58
Уплотненный Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	22,46	16,20	21,56	325,99	0,22
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,83	2,02	5,67	44,42	0,15
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	6,75	27,35	0,02
2008	6н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ/ПЕЧЕНЬЕ	20	1,02	1,29	10,02	55,77	0,00
2008	6н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	100	0,53	0,12	4,76	25,25	35,23
Итого			480	24,94	19,63	48,76	478,78	35,62
Всего				64,10	60,49	170,22	1 487,82	45,72