

**МЕНЮ**

1 октября 2025 г.

**Сад 10,5 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	5,08	7,50	17,52	155,49	0,08
2021	227	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	180	5,26	5,49	20,96	155,10	0,62
2021	227	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ Б/М (ЛЕЧ.ДИЕТ)	180	2,93	8,38	28,61	201,44	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,79	3,11	13,75	99,03	0,67
2011	376/1	ЧАЙ С ПОВИДЛОМ,ДЖЕМОМ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	180	0,35	0,00	26,02	105,46	0,12
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>14,13</b>	<b>16,10</b>	<b>52,23</b>	<b>409,62</b>	<b>1,37</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	385	МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	180	5,15	4,44	8,52	95,87	2,31
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	180	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,15</b>	<b>4,44</b>	<b>8,52</b>	<b>95,87</b>	<b>2,31</b>
<b>Обед</b>								
2012	15	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	55	0,64	2,58	1,79	33,33	6,76
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	180	4,69	4,92	11,36	108,95	11,85
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	10,26	5,04	1,97	94,43	0,33
2012	363	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	40	0,33	4,05	1,98	45,53	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,75	5,67	21,31	151,72	9,86
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ)	180	0,21	0,05	12,72	52,50	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>705</b>	<b>20,88</b>	<b>22,44</b>	<b>57,53</b>	<b>517,46</b>	<b>28,80</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	70	8,21	7,86	11,22	148,26	0,18
2011	140	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130/30	2,83	4,13	16,14	113,03	4,57
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	6,94	28,13	0,02
2008	б/н	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,26	1,26	22,31	109,83	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	100	0,32	0,32	7,90	37,91	8,07
<b>Итого</b>			<b>570</b>	<b>14,72</b>	<b>13,57</b>	<b>64,51</b>	<b>437,16</b>	<b>12,84</b>
<b>Всего</b>				<b>54,88</b>	<b>56,55</b>	<b>182,79</b>	<b>1 460,11</b>	<b>45,32</b>

**МЕНЮ**

1 октября 2025 г.

**Ясли 10,5 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	3,79	5,37	14,75	120,34	0,05
2021	227	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,55	3,44	19,02	125,67	0,51
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,21	2,63	11,72	84,11	0,56
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>11,55</b>	<b>11,44</b>	<b>45,49</b>	<b>330,12</b>	<b>1,12</b>
<b>II Завтрак</b>								
2011	385	МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	140	4,00	3,45	6,62	74,52	1,79
<b>Итого</b>			<b>140</b>	<b>4,00</b>	<b>3,45</b>	<b>6,62</b>	<b>74,52</b>	<b>1,79</b>
<b>Обед</b>								
2012	15	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35	0,36	2,63	1,01	29,41	3,59
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	150	3,68	4,09	10,86	95,47	10,95
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50	8,03	5,45	1,05	85,42	0,20
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	3,08	5,35	17,64	131,36	8,18
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ)	150	0,17	0,04	10,70	44,11	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>16,12</b>	<b>17,66</b>	<b>46,38</b>	<b>410,57</b>	<b>22,92</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	50	5,12	5,50	6,33	95,07	0,18
2011	140	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	110/20	2,48	3,52	14,52	99,64	3,89
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,08	0,00	5,97	24,18	0,02
2008	б/н	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,70	1,04	18,50	91,08	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	90	0,29	0,29	7,13	34,18	7,27
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>10,67</b>	<b>10,35</b>	<b>52,45</b>	<b>344,15</b>	<b>11,36</b>
<b>Всего</b>				<b>42,34</b>	<b>42,90</b>	<b>150,94</b>	<b>1 159,36</b>	<b>37,19</b>