



МЕНЮ

29 мая 2026 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | 7 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 20 | 2,01 | 0,85 | 21,35 | 81,72 | 0,00 |
| 2024 | 51 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сыры полутвердые в ассортименте) | 130 | 4,40 | 3,18 | 28,14 | 158,97 | 0,00 |
| 2024 | 23 | ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 150 | 2,14 | 2,17 | 11,51 | 60,34 | 0,00 |
| 2024 | 48 | АПЕЛЬСИН (апельсин) | 95 | 0,86 | 0,19 | 7,70 | 40,85 | 57,00 |
| Итого | | | 395 | 9,41 | 6,39 | 68,70 | 341,88 | 57,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | 20 | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности питьевой) | 180 | 6,22 | 5,56 | 10,02 | 125,58 | 1,56 |
| Итого | | | 180 | 6,22 | 5,56 | 10,02 | 125,58 | 1,56 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2024 | 30 | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (морковь, картофель, лук репчатый, огурцы соленые, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень)) | 150/15/5 | 3,90 | 4,60 | 9,51 | 112,06 | 0,00 |
| 2012 | 122 | ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое) | 50 | 5,95 | 4,22 | 4,48 | 104,03 | 0,00 |
| 2012 | 320 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (капуста цветная, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое) | 110 | 2,31 | 1,80 | 4,88 | 45,30 | 21,08 |
| 2024 | 31 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая) | 150 | 0,38 | 0,09 | 13,18 | 51,56 | 0,00 |
| 2024 | 41 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ВС ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 25 | 1,26 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| 2024 | 17 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ ВС ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 20 | 1,30 | 0,58 | 10,29 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 525 | 15,10 | 11,51 | 52,94 | 416,34 | 21,08 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2024 | 38 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые) | 40 | 0,32 | 0,04 | 1,00 | 5,59 | 3,99 |
| 2012 | 219 | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 130 | 6,03 | 13,21 | 15,61 | 227,83 | 0,00 |
| 2024 | 40 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (чай черный байховый, вода питьевая, варенье стерилизованное в ассортименте) | 150/12 | 0,09 | 0,00 | 0,18 | 1,07 | 0,02 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, молоко пастер. 2,5% жирности) | 40 | 2,44 | 5,72 | 17,67 | 131,86 | 0,06 |
| 2024 | 4 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ВС ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 20 | 1,12 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| Итого | | | 392 | 10,00 | 19,15 | 42,94 | 407,14 | 4,07 |
| Всего | | | | 40,73 | 42,61 | 174,60 | 1 290,94 | 83,71 |