



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	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,02	0,40	7,01	35,73	0,00
2024	51	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	135	4,50	2,94	28,74	159,47	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	150	5,34	5,48	34,19	207,53	0,00
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,78	2,31	4,62	50,96	0,52
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2024	48	АПЕЛЬСИН	97	0,89	0,20	7,93	42,08	58,71
Итого			402	9,19	5,85	48,30	288,24	59,23
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	160	8,00	5,12	13,60	139,20	0,96
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
Итого			160	8,00	5,12	13,60	139,20	0,96
Обед								
2008	59	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ	50	5,57	6,31	3,02	91,31	1,53
2024	30	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	5,47	6,07	8,73	111,49	5,56
2024	30	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	150/15	5,81	9,00	8,66	138,95	7,14
2012	122	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	50	7,63	7,78	3,77	115,60	0,07
2012	320	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	115	2,85	2,25	5,77	55,14	26,29
2012	320	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ (аллергики)	115	2,21	0,26	3,71	26,48	26,21
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,11	0,10	3,35	15,19	0,42
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,05	0,18	8,87	42,65	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,18	0,53	9,36	47,68	0,00
Итого			574	23,86	23,22	42,87	479,06	33,87
Полдник								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	45	0,36	0,05	1,13	6,31	4,50
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	135	10,20	14,69	8,86	208,48	3,04
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	0,00	4,85	0,00	43,60	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,14	0,00	8,89	46,15	0,26
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	40	3,65	6,02	20,10	149,21	0,07
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,92	0,15	6,95	33,45	0,00
Итого			398	15,27	20,91	45,93	443,60	7,87
Всего				56,32	55,10	150,70	1 350,10	101,93