

МЕНЮ
10 августа 2026 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,90	1,93	7,70	44,08	0,00
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	130	2,80	5,70	19,79	134,90	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	1,93	2,53	11,18	69,88	0,00
2024	49	МАНДАРИН (мандарин)	69	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Итого			369	7,39	10,35	45,80	284,96	36,10
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 0,5)	164	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			164	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ (капуста квашеная, лук зеленый, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,47	1,47	2,99	27,80	7,94
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (куриная грудка филе, вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, петрушка (зелень), яйца куриные (шт.))	150/20/10	4,50	2,91	14,00	132,00	0,00
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба треска филе, сухари панировочные, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	45	3,47	4,27	6,23	117,48	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко- сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,17	3,72	14,34	100,14	6,69
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (курага, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,14	0,02	7,10	29,37	0,60
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	22	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			537	12,01	12,61	55,26	457,78	15,23
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	125	12,80	13,17	21,20	270,48	0,00
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	30	0,03	0,03	4,89	20,09	0,27
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ (сок фруктовый 0,2л.)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			325	14,13	13,78	36,38	342,97	0,27
Всего				33,53	36,74	137,44	1 085,71	51,60

МЕНЮ
10 августа 2026 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский)	30	3,93	3,64	10,59	91,46	0,07
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	5,34	7,97	14,83	150,34	0,00
		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ АЛЛЕРГИКИ (аллергии) (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	1,82	4,91	13,87	106,85	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 1	БАНАН СВЕЖИЙ (банан)	108	1,50	0,50	21,00	96,00	10,02
Итого			468	10,91	12,11	52,51	362,66	10,12
II Завтрак								
2024	TK № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 0,5)	183	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ АЛЛЕРГИКИ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,16	0,00	5,17	21,27	0,03
Итого			183	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ (капуста квашеная, лук зеленый, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,83	2,99	3,89	47,00	14,26
2024	TK № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (куриная грудка филе, морковь, лук репчатый, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, петрушка (зелень), яйца куриные (шт.))	170/10/20	4,60	4,30	0,64	59,79	0,78
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ (вода питьевая, рыба треска филе, морковь, лук репчатый, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	70	5,79	11,27	2,57	74,97	0,00
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии) (рыба треска филе, морковь, лук репчатый)	60	11,22	0,41	0,00	141,78	0,41
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,57	4,77	16,87	121,16	7,85
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ АЛЛЕРГИКИ (аллергии) (картофель, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	1,42	4,29	11,30	89,49	5,70
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ (варенье, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	200	0,09	0,06	30,97	122,13	0,24
2024	TK № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	31	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			706	18,08	24,43	82,63	561,94	23,13
Полдник								
2024	TK № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	180	12,15	14,72	30,81	317,35	0,00
		РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ АЛЛЕРГИКИ (аллергии) (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сахар песок)	180	1,76	3,10	14,95	95,27	11,35
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ (клюква, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	25	0,32	0,01	3,10	12,73	0,00
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ (сок фруктовый 1л.)	179	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	TK № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			424	15,47	15,89	54,47	434,88	0,00
Всего				44,46	52,43	189,61	1 359,48	33,25