

МЕНЮ
13 августа 2026 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая 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	1,88	1,91	7,63	43,66	0,00
2024	27	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая)	130	3,08	5,71	21,09	141,70	1,50
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	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (йогурт в индив.упак. 0,100гр.)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			400	7,10	9,79	40,23	245,70	1,50
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ (сок фруктовый 0,2л.)	144	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			144	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2024	21	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ (огурцы соленые)	36	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к, сметана 15% жирности, соль йодированная, петрушка (зелень))	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39	0,00
2024	60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (куриная грудка филе, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт витамин., соль йодированная)	155	11,03	13,48	16,96	233,55	7,86
2024	52	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (курага, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,13	0,01	12,47	50,78	0,53
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	27	1,55	0,72	12,77	65,11	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	16	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			549	16,93	19,64	57,15	473,62	10,39
Полдник								
2024	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	22	0,33	0,06	1,14	7,20	7,50
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	60	6,97	7,78	6,67	115,14	0,00
2011	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное)	105	3,11	6,35	19,13	107,67	0,00
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50	0,66
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт витамин., сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированное)	50	6,57	4,25	24,54	163,32	0,04
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	16	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			414	17,80	18,57	64,92	453,42	8,20
Всего				41,83	48,00	162,30	1 172,74	20,09

МЕНЮ
13 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 (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,74	3,46	10,07	87,02	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,00
		КАША РИСОВАЯ АЛЛЕРГИКИ (аллергики) (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	150	1,01	5,00	15,54	111,08	0,00
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,73	3,08	11,22	85,42	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ АЛЛЕРГИКИ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,16	0,00	5,17	21,27	0,03
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	106	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
Итого			466	10,74	11,76	51,70	359,08	0,07
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ АЛЛЕРГИКИ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,16	0,00	5,17	21,27	0,03
Итого			200	2,79	5,00	13,07	90,76	0,00
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	44	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к, соль йодированная, укроп)	180/8/12	3,15	6,88	23,66	161,84	0,00
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ АЛЛЕРГИКИ (аллергики) (говядина б/к, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)	150/15	2,66	5,53	8,82	95,76	4,42
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко- сливочное несоленое, соль йодированная)	70	10,29	10,44	7,33	166,47	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (чай черный байховый, вода питьевая, варенье)	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	21	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	16	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			691	19,23	20,72	90,32	629,68	2,62
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куриная грудка филе, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная)	195	8,27	6,96	32,46	240,68	14,19
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок фруктовый 1л.)	178	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	27	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (яйца куриные (шт.), вода питьевая, творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш.сорт витамин., сахар песок, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко- сливочное несоленое, ванилин)	60	6,87	4,30	28,86	182,10	0,04
Итого			460	16,80	11,48	71,92	473,77	14,23
Всего				49,56	48,96	227,01	1 553,29	16,92