

МЕНЮ
19 июня 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	1,03	0,44	10,91	41,78	0,00
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,53	5,79	22,49	159,90	0,00
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ Б/МОЛ (аллергики)	130	2,24	2,79	20,5	129,90	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	150	0,09	0,00	0,07	3,06	0,02
2012	368	БАНАН	90	1,39	0,47	15,47	77,79	0,00
Итого			402	7,11	6,74	59,73	307,34	0,00
II Завтрак								
2024	TK № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	3,29	3,78	5,87	65,42	0,00
Итого			150	3,29	3,78	5,87	65,42	0,00
Обед								
2024	29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	25/20	0,68	1,92	4,01	35,96	1,88
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	4,52	6,41	13,73	119,90	5,20
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	50	8,80	9,00	8,74	150,99	0,00
2012	333	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	1,95	1,87	6,91	52,59	2,05
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,09	13,49	55,61	0,88
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,72	0,14	6,61	31,81	0,00
Итого			560	18,07	20,01	63,78	499,26	10,01
Полдник								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	40	0,50	0,00	1,90	10,09	40,00
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	60	12,46	5,26	14,49	154,75	0,34
2008	252	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	14,50	9,76	0,00	147,80	0,00
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,41	3,57	13,34	95,08	6,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,56	0,19	17,88	75,00	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,72	0,14	6,61	31,81	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	40	3,66	5,44	23,81	158,52	0,00
Итого			415	20,31	14,60	78,03	525,25	46,34
Всего				45,49	41,35	218,04	1 397,85	59,35

МЕНЮ
19 июня 2026 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	28	1,21	2,71	15,06	88,35	1,65
2024	TK № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	6,19	6,47	29,99	202,46	0,00
2024	TK № 34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ Б/МОЛ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	3,36	5,18	25,42	161,54	0,00
2024	TK № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 31	ЧАЙ (аллергики)	180	0,14	0,00	0,09	4,86	0,03
2024	TK № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	97	1,46	0,49	20,37	93,12	9,72
Итого			455	9,00	9,67	71,51	408,79	11,40
II Завтрак								
2024	TK № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	2,90	4,95	13,36	89,98	0,00
2024	TK № 31	ЧАЙ (аллергики)	180	0,14	0,00	0,09	4,86	0,03
Итого			180	2,90	4,95	13,36	89,98	0,00
Обед								
2024	TK № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	40	0,52	0,04	1,98	10,47	33,20
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2024	TK № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8,33	6,58	18,63	118,34	0,00
2008	252	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	17,50	11,76	0,00	177,80	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	3,21	9,78	22,66	192,30	0,00
2024	TK № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	13,29	53,16	0,30
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,03	0,27	12,97	62,41	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			700	18,45	20,58	89,90	613,23	38,27
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	11,95	14,71	17,43	319,20	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,56	0,19	17,88	75,00	0,00
2024	TK № 31	ЧАЙ (аллергики)	200	0,14	0,00	0,09	4,86	0,03
2024	TK № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,71	0,23	10,92	52,52	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,06	3,84	38,73	209,55	0,00
Итого			485	18,92	18,79	75,30	616,18	0,00
Всего				49,27	53,99	250,07	1 728,18	49,67

