

МЕНЮ

22 апреля 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								
			130	6,56	10,31	13,34	187,80	1,22
2024	42	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	130	6,45	1,33	35,34	179,26	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,16
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
2024	48	АПЕЛЬСИН	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			402	8,27	10,67	38,26	287,11	58,38
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	193	7,34	5,60	23,56	173,79	0,00
2012	358	ГРУША (аллергии)	96	0,38	0,29	9,89	45,10	4,80
Итого			193	7,34	5,60	23,56	173,79	0,00
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,30	2,46	0,96	27,17	3,84
2024	25	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,34	5,50	5,85	92,88	7,39
2024	25	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	150/10/5	6,67	6,51	8,60	120,21	8,89
2012	268/356	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50/20	8,26	9,75	7,35	153,33	0,37
2012	268/356	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (аллергии)	65	6,01	4,64	6,05	90,12	1,12
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	3,44	4,04	20,97	122,74	0,00
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,73	0,73	12,88	65,63	0,00
Итого			675	19,14	22,70	67,55	543,90	11,60
Полдник								
2012	209	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	10,61	6,15	14,38	155,26	0,27
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии)	90	16,72	0,61	0,00	211,28	0,61
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,42	3,70	16,46	109,04	8,01
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	121	2,33	0,47	18,97	89,63	9,60
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	15,15	69,00	3,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ	40	2,45	3,61	13,56	96,57	3,85
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			375	16,92	13,74	65,91	460,46	15,13
Всего				51,67	52,71	195,28	1 465,26	85,11