



МЕНЮ

13 мая 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	32	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	10	0,30	0,02	0,64	3,92	0,40
2024	61	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	6,89	11,88	2,06	185,13	0,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	7,26	5,32	33,07	209,34	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,67	0,13	6,17	29,66	0,00
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2012	368	ГРУША	87	0,35	0,27	9,01	41,08	4,37
Итого			392	8,30	12,30	24,84	287,97	4,79
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	181	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			181	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2011	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	35	0,39	2,39	1,30	28,95	24,93
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39	0,00
	14-20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	155/10	3,86	4,94	9,20	96,78	4,57
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,43	3,64	10,80	102,15	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	115	2,18	5,29	17,80	127,67	9,00
2011	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	55	7,94	13,68	11,73	201,83	1,47
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,21	0,21	10,18	48,95	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,08	0,46	8,10	41,28	0,00
2024	57	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,19	0,04	10,11	42,70	5,36
Итого			555	16,45	25,68	60,13	554,25	31,76
Полдник								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	25	0,34	0,03	3,14	14,43	0,00
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,06	13,44	21,63	276,00	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,08	0,46	8,10	41,28	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	176	2,53	4,50	8,62	97,02	0,00
Итого			347	17,01	18,43	41,49	428,73	0,00
Всего				41,76	56,41	126,46	1 270,95	36,55