



# МЕНЮ

29 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	0,94	0,40	10,01	38,33	0,00
2024	51	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	130	6,88	6,58	27,38	197,02	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	3,77	3,94	18,95	126,43	0,25
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
2024	48	АПЕЛЬСИН	122	1,11	0,25	9,93	52,70	73,53
<b>Итого</b>			<b>422</b>	<b>11,07</b>	<b>9,40</b>	<b>58,83</b>	<b>348,39</b>	<b>73,53</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	242	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>242</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	59	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ	45	4,19	5,02	3,22	74,90	1,63
2024	30	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	3,90	4,60	9,51	112,06	0,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	150/15/5	4,08	5,50	4,54	83,92	3,53
2012	320	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	115	2,82	2,35	9,82	72,42	19,79
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	105	1,44	0,10	6,70	33,78	6,59
2012	122	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	40	4,91	3,49	3,70	85,85	0,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,11	0,19	9,33	44,87	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,12	0,50	8,85	45,06	0,00
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56	0,00
<b>Итого</b>			<b>559</b>	<b>18,43</b>	<b>16,24</b>	<b>57,61</b>	<b>486,72</b>	<b>21,42</b>
<b>Полдник</b>								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,34	0,04	1,07	5,98	4,27
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ	130	5,80	12,70	15,01	219,00	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	135	2,65	5,38	21,58	145,55	10,92
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	0,99	0,16	7,46	35,90	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	40	1,84	1,65	19,60	110,54	0,00
<b>Итого</b>			<b>393</b>	<b>9,13</b>	<b>14,59</b>	<b>54,00</b>	<b>399,29</b>	<b>4,27</b>