



МЕНЮ

21 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | 7 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 20 | 1,04 | 0,44 | 11,03 | 42,21 | 0,00 |
| 2024 | 45 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 4,34 | 5,87 | 21,28 | 155,68 | 0,33 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) | 130 | 7,26 | 5,32 | 33,07 | 209,34 | 0,00 |
| 2024 | 40 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 150/12 | 0,16 | 0,04 | 10,86 | 27,87 | 0,00 |
| 2012 | 368 | БАНАН | 75 | 1,13 | 0,38 | 12,60 | 63,36 | 0,00 |
| Итого | | | 387 | 6,67 | 6,73 | 55,77 | 289,12 | 0,33 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ | 174 | 3,77 | 4,34 | 6,73 | 74,97 | 0,00 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 170 | 0,00 | 0,00 | 7,94 | 32,12 | 0,00 |
| Итого | | | 174 | 3,77 | 4,34 | 6,73 | 74,97 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2024 | 29 | СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 20/20 | 3,02 | 3,41 | 1,69 | 49,55 | 0,79 |
| 2012 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ | 150/20 | 4,52 | 6,41 | 13,73 | 119,90 | 5,20 |
| 2012 | 333 | КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 95 | 1,02 | 1,80 | 5,69 | 43,39 | 5,14 |
| 2012 | 333 | КАБАЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ (аллергики) | 90 | 0,47 | 0,23 | 3,60 | 18,77 | 4,84 |
| 2012 | 282 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ | 45 | 5,25 | 8,59 | 8,63 | 107,16 | 0,00 |
| 2024 | 10 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 0,69 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| 2024 | 46 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,24 | 0,58 | 10,22 | 52,09 | 0,00 |
| 2024 | 3 | КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ | 145 | 0,07 | 0,06 | 22,45 | 88,21 | 0,22 |
| Итого | | | 530 | 15,81 | 20,98 | 68,77 | 490,89 | 11,35 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2024 | 58 | ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ | 40 | 0,52 | 0,00 | 1,95 | 10,36 | 99,62 |
| 2011 | 127 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ | 110 | 2,05 | 3,60 | 10,69 | 101,14 | 0,00 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) | 110 | 2,12 | 5,28 | 17,32 | 125,43 | 8,76 |
| 2024 | 55 | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ | 50 | 4,50 | 4,87 | 10,66 | 105,78 | 0,00 |
| 2012 | 245 | РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (аллергики) | 45 | 5,43 | 9,89 | 0,16 | 111,31 | 0,22 |
| 2024 | 10 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 0,69 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| | ТК№030 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,00 | 0,00 | 7,00 | 28,00 | 0,80 |
| 2008 | 477 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 45 | 1,89 | 0,82 | 13,08 | 114,13 | 0,00 |
| Итого | | | 410 | 9,65 | 9,42 | 49,74 | 390,00 | 100,42 |