



МЕНЮ

30 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 | 1,06 | 0,45 | 11,25 | 43,07 | 0,00 |
| 2024 | 8 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 2,07 | 5,71 | 17,58 | 145,89 | 0,84 |
| 2024 | 9 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 1,40 | 1,82 | 11,83 | 60,39 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 150 | 0,16 | 0,00 | 11,27 | 45,66 | 0,03 |
| 2012 | 368 | ГРУША | 95 | 0,38 | 0,29 | 9,79 | 44,65 | 4,75 |
| Итого | | | 395 | 4,91 | 8,27 | 50,45 | 294,00 | 5,59 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ | 170 | 3,70 | 4,25 | 6,60 | 73,50 | 0,00 |
| Итого | | | 170 | 3,70 | 4,25 | 6,60 | 73,50 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2024 | 11 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 30 | 1,47 | 3,89 | 1,96 | 39,83 | 0,00 |
| 2024 | 25 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 3,78 | 4,68 | 9,97 | 97,24 | 5,62 |
| 2024 | 12 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ | 160 | 9,20 | 6,86 | 14,52 | 186,28 | 0,00 |
| 2024 | 13 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,49 | 0,20 | 15,74 | 76,15 | 60,00 |
| 2024 | 10 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 0,69 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| 2024 | 17 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,58 | 10,29 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 536 | 16,93 | 16,34 | 58,84 | 482,49 | 65,62 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 213 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 20 | 2,46 | 2,23 | 0,14 | 30,46 | 0,00 |
| 2024 | 14 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 160 | 9,67 | 9,28 | 12,13 | 202,65 | 0,00 |
| 2024 | 2 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,09 | 0,00 | 6,96 | 28,18 | 0,02 |
| 2024 | 34 | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,51 | 44,52 | 0,00 |
| 2024 | 4 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,12 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| 2024 | 17 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,58 | 10,29 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 470 | 17,44 | 14,77 | 42,51 | 399,00 | 0,02 |
| Всего | | | | 42,98 | 43,63 | 158,40 | 1 248,99 | 71,23 |

Шеф повар

Прудникова О.П.