

# МЕНЮ

16 сентября 2025 г.

Ясли 10,5 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                | 35    | 2,28              | 5,00    | 15,46            | 113,30                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 112                 | ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ                | 150   | 3,89              | 3,37    | 14,41            | 104,04                                   | 0,52                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                   | 180   | 3,32              | 2,82    | 11,03            | 83,64                                    | 0,57                  |
| Итого                         |                     |                                   | 365   | 9,49              | 11,19   | 40,90            | 300,98                                   | 1,09                  |
| II Завтрак                    |                     |                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 399                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                      | 160   | 0,78              | 0,16    | 15,68            | 66,74                                    | 1,28                  |
| Итого                         |                     |                                   | 160   | 0,78              | 0,16    | 15,68            | 66,74                                    | 1,28                  |
| Обед                          |                     |                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 20                  | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ | 30    | 0,26              | 2,95    | 0,82             | 31,32                                    | 0,70                  |
| 2008                          | 99                  | СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ             | 150   | 7,17              | 2,98    | 16,23            | 120,65                                   | 3,36                  |
| 2012                          | 276                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ               | 160   | 10,55             | 13,39   | 18,85            | 238,18                                   | 9,36                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ       | 150   | 0,00              | 0,00    | 5,81             | 23,22                                    | 0,00                  |
| 2008                          | б/н                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ  | 40    | 0,80              | 0,10    | 5,12             | 24,80                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                   | 530   | 18,78             | 19,42   | 46,83            | 438,17                                   | 13,42                 |
| Уплотненный Полдник           |                     |                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                      | 40    | 4,96              | 4,49    | 0,27             | 61,29                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 131                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                   | 110   | 2,35              | 4,49    | 7,01             | 79,23                                    | 20,92                 |
| 2012                          | 391                 | ЧАЙ С САХАРОМ                     | 150   | 0,08              | 0,00    | 5,97             | 24,18                                    | 0,02                  |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА С ПРИСЫПКОЙ               | 60    | 4,68              | 3,85    | 27,40            | 162,71                                   | 0,08                  |
| 2008                          | б/н                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ГРУША               | 95    | 0,38              | 0,29    | 9,79             | 44,70                                    | 4,75                  |
| Итого                         |                     |                                   | 455   | 12,45             | 13,12   | 50,44            | 372,11                                   | 25,77                 |
| Всего                         |                     |                                   |       | 41,50             | 43,89   | 153,85           | 1 178,00                                 | 41,56                 |

# МЕНЮ

16 сентября 2025 г.

Сад 10,5 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                              | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                 |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                              | 45    | 3,03              | 5,29    | 20,60            | 138,60                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 112                 | ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ                              | 180   | 5,84              | 5,57    | 24,17            | 171,05                                   | 0,62                  |
| 2008                          | 112                 | ВЕРМИШЕЛЬ БЕЗМОЛОЧНАЯ<br>(ЛЕЧ.ДИЕТ)             | 180   | 2,18              | 8,25    | 23,44            | 176,83                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                 | 180   | 3,96              | 3,33    | 13,00            | 98,90                                    | 0,68                  |
| 2011                          | 376/1               | ЧАЙ С ПОВИДЛОМ,ДЖЕМОМ<br>(ЛЕЧ.ДИЕТ)             | 180   | 0,31              | 0,00    | 19,62            | 79,70                                    | 0,10                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 405   | 12,83             | 14,19   | 57,77            | 408,55                                   | 1,30                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 399                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                    | 180   | 0,87              | 0,17    | 17,63            | 75,08                                    | 1,44                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 180   | 0,87              | 0,17    | 17,63            | 75,08                                    | 1,44                  |
| Обед                          |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 20                  | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С<br>ЛУКОМ            | 50    | 0,51              | 3,03    | 1,49             | 36,30                                    | 1,34                  |
| 2008                          | 99                  | СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ                           | 180   | 9,24              | 4,14    | 23,49            | 168,49                                   | 5,36                  |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>КРУПОЙ И МЯСОМ (ЛЕЧ.ДИЕТ) | 180   | 8,22              | 11,96   | 26,03            | 244,97                                   | 4,59                  |
| 2012                          | 276                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                             | 200   | 11,84             | 15,26   | 22,01            | 272,90                                   | 10,96                 |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                     | 180   | 0,00              | 0,00    | 7,80             | 31,18                                    | 0,00                  |
| 2008                          | б/н                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ             | 50    | 1,00              | 0,13    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 660   | 22,59             | 22,56   | 61,19            | 539,87                                   | 17,66                 |
| Уплотненный Полдник           |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                    | 40    | 4,96              | 4,49    | 0,27             | 61,29                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 131                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                 | 130   | 2,68              | 6,32    | 8,30             | 102,80                                   | 22,16                 |
| 2012                          | 391                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 190   | 0,10              | 0,00    | 8,00             | 32,38                                    | 0,02                  |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА С ПРИСЫПКОЙ                             | 80    | 6,31              | 6,20    | 36,84            | 228,37                                   | 0,16                  |
| 2008                          | б/н                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ГРУША                             | 100   | 0,40              | 0,30    | 10,30            | 47,00                                    | 5,00                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 540   | 14,45             | 17,31   | 63,71            | 471,84                                   | 27,34                 |
| Всего                         |                     |                                                 |       | 50,74             | 54,23   | 200,30           | 1 495,34                                 | 47,74                 |