

# МЕНЮ

24 октября 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                          | 189                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ             | 150    | 5,07              | 3,53    | 20,71            | 135,53                                   | 0,52                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                     | 180    | 3,34              | 2,83    | 11,11            | 84,12                                    | 0,57                  |
| Итого                         |                     |                                     | 365    | 10,69             | 11,36   | 47,28            | 332,95                                   | 1,09                  |
| II Завтрак                    |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 401                 | КЕФИР                               | 140    | 3,94              | 3,40    | 5,43             | 71,96                                    | 0,39                  |
| Итого                         |                     |                                     | 140    | 3,94              | 3,40    | 5,43             | 71,96                                    | 0,39                  |
| Обед                          |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 40                  | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ           | 30     | 0,61              | 2,89    | 1,31             | 34,61                                    | 9,20                  |
| 2012                          | 109                 | БУЛЬОН КУРИННЫЙ С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ  | 150    | 4,49              | 4,22    | 9,50             | 92,63                                    | 0,64                  |
| 2008                          | 309                 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                       | 160    | 10,03             | 12,85   | 20,66            | 238,50                                   | 8,87                  |
| 2012                          | 372                 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД              | 150    | 0,14              | 0,07    | 8,89             | 37,20                                    | 0,60                  |
| 2008                          | 6н                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ | 40     | 0,80              | 0,10    | 5,12             | 24,80                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                     | 530    | 16,07             | 20,13   | 45,48            | 427,74                                   | 19,31                 |
| Уплотненный Полдник           |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 235                 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С<br>МОЛОЧНЫМ     | 100/30 | 18,86             | 13,72   | 20,13            | 274,04                                   | 0,48                  |
| 2012                          | 399                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                        | 160    | 0,77              | 0,18    | 15,39            | 65,54                                    | 1,26                  |
| 2008                          | 6н                  | кондитерские<br>изделия/печенье     | 10     | 0,72              | 0,91    | 7,09             | 39,48                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 6н                  | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ                | 85     | 0,34              | 0,34    | 8,35             | 40,03                                    | 8,52                  |
| Итого                         |                     |                                     | 385    | 18,69             | 15,13   | 50,96            | 419,09                                   | 10,24                 |
| Всего                         |                     |                                     |        | 49,39             | 50,02   | 149,15           | 1 251,74                                 | 31,03                 |

# МЕНЮ

24 октября 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              | 5,17    | 20,60            | 137,48                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ            | 180    | 5,85              | 5,63    | 23,06            | 187,07                                   | 0,62                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                    | 180    | 3,95              | 3,33    | 12,90            | 98,47                                    | 0,68                  |
| Итого                         |                     |                                    | 405    | 12,83             | 14,13   | 56,56            | 403,02                                   | 1,30                  |
| II Завтрак                    |                     |                                    |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 401                 | КЕФИР                              | 180    | 5,06              | 4,37    | 6,98             | 92,52                                    | 0,50                  |
| Итого                         |                     |                                    | 180    | 5,06              | 4,37    | 6,98             | 92,52                                    | 0,50                  |
| Обед                          |                     |                                    |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 40                  | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ          | 50     | 0,97              | 3,11    | 1,90             | 40,97                                    | 15,20                 |
| 2012                          | 109                 | БУЛЬОН КУРИННЫЙ С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ | 180    | 6,94              | 7,06    | 11,53            | 135,84                                   | 0,68                  |
| 2008                          | 309                 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                      | 200    | 12,61             | 16,36   | 27,00            | 306,03                                   | 12,16                 |
| 2012                          | 372                 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД             | 180    | 0,13              | 0,05    | 9,38             | 38,95                                    | 0,40                  |
| 2008                          | 6н                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ   | 50     | 1,00              | 0,13    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                    | 660    | 21,65             | 26,71   | 56,21            | 552,79                                   | 28,44                 |
| Уплотненный Полдник           |                     |                                    |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 235                 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ       | 120/30 | 23,28             | 17,60   | 25,60            | 357,58                                   | 0,61                  |
| 2012                          | 399                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                       | 180    | 0,87              | 0,17    | 17,63            | 75,08                                    | 1,44                  |
| 2008                          | 6н                  | кондитерские изделия/печенье       | 10     | 0,72              | 0,91    | 7,09             | 39,48                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 6н                  | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ               | 90     | 0,36              | 0,36    | 8,82             | 42,30                                    | 9,00                  |
| Итого                         |                     |                                    | 430    | 25,23             | 19,04   | 59,14            | 514,44                                   | 11,05                 |
| Всего                         |                     |                                    |        | 64,77             | 64,25   | 178,89           | 1 562,77                                 | 41,29                 |