



# МЕНЮ

2 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   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2024              | 7             | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                | 20         | 1,07              | 0,45         | 11,36         | 43,50                         | 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          |
| 2012              | 368           | ГРУША   | 95         | 0,38              | 0,29         | 9,79          | 44,65                         | 4,75          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>395</b> | <b>4,92</b>       | <b>8,27</b>  | <b>50,56</b>  | <b>294,43</b>                 | <b>5,59</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 435           | КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ                              | 176        | 3,81              | 4,38         | 6,80          | 75,71                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>176</b> | <b>3,81</b>       | <b>4,38</b>  | <b>6,80</b>   | <b>75,71</b>                  | <b>0,00</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2011              | 23            | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ                         | 50         | 0,44              | 3,06         | 1,52          | 36,45                         | 10,00         |
| 2024              | 25            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ  | 150/10/1   | 4,89              | 5,22         | 13,99         | 122,48                        | 5,04          |
| 2024              | 12            | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                       | 160        | 9,20              | 6,86         | 14,52         | 186,28                        | 0,00          |
| 2024              | ТК № 13       | НАПИТОК ИЗ КУРАГИ                                 | 150        | 0,55              | 0,23         | 15,87         | 78,17                         | 0,00          |
| 2024              | 10            | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 17         | 0,69              | 0,13         | 6,36          | 30,59                         | 0,00          |
| 2024              | 17            | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 15         | 0,98              | 0,44         | 7,72          | 39,30                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>553</b> | <b>16,75</b>      | <b>15,94</b> | <b>59,98</b>  | <b>493,27</b>                 | <b>15,04</b>  |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012              | 269           | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                          | 60         | 8,09              | 4,51         | 5,16          | 93,73                         | 0,26          |
| 2011              | 127           | ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ                                 | 110        | 2,05              | 3,60         | 10,69         | 101,14                        | 0,00          |
| 2008              | 442           | СОК ФРУКТОВЫЙ                                     | 150        | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                          | 0,00          |
| 2024              | 4             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 22         | 1,12              | 0,18         | 8,48          | 40,79                         | 0,00          |
| к/к               | к/к           | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 20         | 1,50              | 0,58         | 10,28         | 52,40                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>362</b> | <b>12,76</b>      | <b>8,87</b>  | <b>34,61</b>  | <b>288,06</b>                 | <b>0,26</b>   |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>38,24</b>      | <b>37,46</b> | <b>151,95</b> | <b>1 151,47</b>               | <b>20,89</b>  |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Митрофанова Л.В.