

МЕНЮ

6 февраля 2026 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	35	3,8	4,8	8,2	91	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2	2,6	19	107	0
	ТК№02 1	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	175	3,5	3	13,9	97	0
Итого			360	9,3	10,4	41,1	295	0
II Завтрак								
	ТК№01 6	МАНДАРИН (мандарин)	105	1,2	0,9	5	33	0
	ТК№01 7	ПРЯНИКИ (пряники заварные)	10	0,9	1,5	5	37	0
Итого			115	2,1	2,4	10	70	0
Обед								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.), соль йодированная, вода питьевая)	40	4,1	3,7	0,2	50	0
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	40	1,9	4,6	9,6	87	0
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к, сметана 15% жирности)	150/10/5	1,7	3	7,1	62	0
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (куриная грудка филе, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	50	3,4	1,8	6,6	56	0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	1,5	2,4	22,7	118	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,3	0,1	8,3	35	0
	ТК№01 9	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	17	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№01 2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	19	1,1	0,5	7,7	40	0
Итого			591	15	16,2	68,6	479	0
Полдник								
	ТК№01 8	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	42	0,3		1	5	0
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	160	4,5	8,5	10,4	136	0
	ТК№02 6	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,3		5,8	24	0
	ТК№01 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	29	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	65	6,6	6,5	33,5	219	0
Итого			446	13,4	15,2	61,3	435	0
Всего				39,8	44,2	181	1279	0