

МЕНЮ

13 апреля 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	35	2,2	3,3	24,6	136	0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4	5	13,7	116	0
	ТК№01 5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	170	2,6	2,3	12	79	0
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150/5			7	28	0,8
Итого			355	8,8	10,6	50,3	331	0
II Завтрак								
	ТК№02 7	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок яблочный 0.2)	167	0,8	0,2	16,8	72	3,3
Итого			167	0,8	0,2	16,8	72	3,3
Обед								
	ТК№01 8	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	43	0,3		1	5	0
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	150/10	2,7	3,4	15	101	0
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ (рыба минтай филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	60	8,6	2,8	4,2	75	0,1
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь, вода питьевая, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокачанная, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок)	120	1,7	0,1	7,8	39	0
	ТК№02 8	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,1	0,1	18,9	77	0
	ТК№01 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№00 6	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	53	0
Итого			578	16,6	7,2	67,8	401	0,1
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	50	4,8	4,9	12	111	0
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	0,3	3,9	16,4	102	0
	ТК№01 3	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ (апельсин, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,4	0,1	7,1	31	0
	ТК№02 9	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	2	0,2	12,7	61	0
	ТК№01 2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,1	0,5	7,7	40	0
	ТК№02 4	ЙОГУРТ В ИНД, УПАКОВКЕ (йогурт 2,5 % 500 гр)	125					0
Итого			520	8,6	9,6	55,9	345	0
Всего				34,8	27,6	190,8	1149	3,4