

МЕНЮ  
4 сентября 2026 г.

Ясли 10 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                          | 189                 | -КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130   | 4,55              | 5,10    | 22,07            | 153,05                                   | 0,59                  |
| 2012                          | 395                 | -КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С<br>МОЛОКОМ             | 180   | 1,58              | 1,16    | 9,24             | 54,07                                    | 0,25                  |
| 2012                          | 1                   | -БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                        | 20    | 0,54              | 3,36    | 6,77             | 60,36                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 213                 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                              | 15    | 1,87              | 1,69    | 0,11             | 23,09                                    | 0,00                  |
| 2008                          | пром.               | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                              | 95    | 0,38              | 0,38    | 9,31             | 44,65                                    | 9,50                  |
| Итого                         |                     |                                            | 440   | 8,92              | 11,69   | 47,50            | 335,22                                   | 10,34                 |
| II Завтрак                    |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 401                 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-<br>ГРУША      | 110   | 3,19              | 2,97    | 11,77            | 86,90                                    | 0,77                  |
| Итого                         |                     |                                            | 110   | 3,19              | 2,97    | 11,77            | 86,90                                    | 0,77                  |
| Обед                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | пром.               | -ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ                           | 30    | 0,24              | 0,03    | 0,51             | 3,90                                     | 1,50                  |
| 2008                          | 103                 | -СУП ОВОЩНОЙ                               | 180/1 | 2,03              | 3,40    | 16,73            | 102,58                                   | 5,04                  |
| 2023                          | 1029                | -КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ                | 60    | 6,22              | 7,10    | 14,49            | 104,44                                   | 8,00                  |
| 2012                          | 160                 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ<br>В СОУСЕ     | 120   | 3,76              | 4,52    | 16,36            | 121,66                                   | 24,66                 |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                       | 20    | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 25    | 1,88              | 0,73    | 12,85            | 65,50                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 399                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                              | 180   | 0,87              | 0,17    | 17,63            | 75,08                                    | 1,44                  |
| Итого                         |                     |                                            | 616   | 16,32             | 16,13   | 87,05            | 513,95                                   | 40,64                 |
| Полдник                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 394                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                              | 180   | 2,08              | 1,70    | 9,30             | 61,27                                    | 0,38                  |
| 2012                          | 458                 | -ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                       | 45    | 4,95              | 4,31    | 18,44            | 119,02                                   | 0,66                  |
| Итого                         |                     |                                            | 225   | 7,03              | 6,01    | 27,74            | 180,29                                   | 1,04                  |
| Всего                         |                     |                                            |       | 35,46             | 36,80   | 174,06           | 1 116,36                                 | 52,79                 |