



## МЕНЮ

26 марта 2026 г.

### Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,17	0,45	11,53	54,28	0,00
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,33
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	120	3,63	0,95	21,28	108,06	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,09	0,00	0,18	1,10	0,02
2012	368	БАНАН	95	1,43	0,48	15,95	80,20	9,50
<b>Итого</b>			<b>407</b>	<b>6,19</b>	<b>6,77</b>	<b>49,96</b>	<b>278,62</b>	<b>9,85</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170	3,70	4,25	6,60	73,50	1,19
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>3,70</b>	<b>4,25</b>	<b>6,60</b>	<b>73,50</b>	<b>1,19</b>
<b>Обед</b>								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	20/20	2,19	3,61	1,69	53,64	0,79
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	4,52	6,41	13,73	119,90	5,20
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	50	5,58	9,14	9,18	114,00	0,06
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,78	2,12	11,38	76,73	9,90
2008	К/К	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	120	2,33	4,93	18,97	129,74	9,60
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,08	13,01	53,58	0,83
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
<b>Итого</b>			<b>585</b>	<b>17,15</b>	<b>22,07</b>	<b>65,64</b>	<b>500,84</b>	<b>16,78</b>
<b>Полдник</b>								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	40	0,50	0,00	1,90	10,09	40,00
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	50	4,69	5,07	11,10	110,19	0,31
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2012	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,05	3,60	10,69	101,14	6,48
2008	К/К	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (аллергики)	120	2,33	4,93	18,97	129,74	9,60
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ(В АССОРТИМЕНТЕ)	150	0,75	0,15	15,15	69,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2024	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,87	0,81	12,95	113,00	0,09
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>10,55</b>	<b>9,76</b>	<b>58,15</b>	<b>434,01</b>	<b>46,88</b>
<b>Всего</b>				<b>37,59</b>	<b>42,85</b>	<b>180,35</b>	<b>1 286,97</b>	<b>74,70</b>