

МЕНЮ  
19 августа 2026 года

Ясли 12 часов

| Сбор-н<br>ик<br>рецеп-т<br>ур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-ти<br>ческая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                             |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-во<br>ды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                             |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 7                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                          | 30     | 1,59              | 0,68    | 16,88            | 64,61                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 1                   | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ   | 130    | 2,07              | 5,72    | 20,29            | 146,02                                   | 0,00                  |
| 2024                          | 9                   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                  | 150    | 1,40              | 1,82    | 11,83            | 60,39                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 34                  | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>УПАКОВКЕ         | 100    | 2,80              | 2,50    | 4,51             | 44,52                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 410    | 7,86              | 10,72   | 53,51            | 315,54                                   | 0,00                  |
| II Завтрак                    |                     |                                             |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ                      | 150    | 0,15              | 0,15    | 14,70            | 67,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 150    | 0,15              | 0,15    | 14,70            | 67,00                                    | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                             |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 38                  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                               | 40     | 0,32              | 0,04    | 0,99             | 5,53                                     | 3,95                  |
| 2024                          | 54                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ<br>ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150/30 | 3,10              | 2,70    | 9,80             | 99,00                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 310                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ                               | 70     | 7,89              | 8,57    | 30,49            | 190,79                                   | 0,00                  |
| 2011                          | 317                 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                      | 135    | 1,57              | 3,94    | 14,84            | 116,45                                   | 0,00                  |
| 2024                          | 15                  | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                      | 150    | 0,09              | 0,09    | 9,79             | 40,77                                    | 0,86                  |
| 2024                          | 41                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ         | 30     | 1,51              | 0,26    | 12,72            | 61,19                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 5                   | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                           | 20     | 1,37              | 0,59    | 10,25            | 52,27                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 625    | 15,85             | 16,19   | 88,88            | 566,00                                   | 4,81                  |
| Полдник                       |                     |                                             |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 35                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                            | 40     | 0,49              | 0,04    | 4,54             | 20,87                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 6                   | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                        | 155    | 15,67             | 16,13   | 25,96            | 331,20                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 %<br>ЖИРНОСТИ          | 181    | 2,61              | 4,64    | 8,89             | 99,99                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 5                   | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                           | 20     | 1,37              | 0,59    | 10,25            | 52,27                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 396    | 20,14             | 21,40   | 49,64            | 504,33                                   | 0,00                  |
| Всего                         |                     |                                             |        | 44,00             | 48,46   | 206,73           | 1 452,87                                 | 4,81                  |