

# МЕНЮ

1 ноября 2025 г.

Сад



заведующий  
№23 "Ласточка"  
Ванюнина Е.А./

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>								
			200	6,38	10,26	28,28	229,07	0,67
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	29	2,41	0,24	27,64	122,34	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5	0,10	7,11	0,14	64,88	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	180	0,20	0,01	13,36	55,31	1,03
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	414	9,09	17,62	69,42	471,60	1,70
<b>Итого</b>								
<b>II Завтрак</b>								
			100	0,54	0,11	10,88	46,34	0,89
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,54	0,11	10,88	46,34	0,89
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	30	0,76	0,00	1,65	9,62	6,87
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	3,85	5,04	25,62	164,43	10,09
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80	11,23	3,81	14,60	139,60	0,45
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,96	6,79	19,18	149,65	9,26
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,85	0,39	44,20	195,70	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,31	0,31	14,82	71,29	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,13	0,13	26,16	106,96	1,25
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,13	0,13	26,16	106,96	1,25
			761	25,09	16,47	146,23	837,25	27,92
<b>Итого</b>								
<b>Полдник</b>								
			25	2,46	2,40	17,62	106,06	0,00
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	180	5,40	1,80	7,56	72,00	0,90
2008	435	РЯЖЕНКА	205	7,86	4,20	25,18	178,06	0,90
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>								
				42,58	38,40	251,71	1 533,25	31,41

медсестра \_\_\_\_\_



Утверждаю

заведующий

№23 "Ласточка"

Ванюнина Е.А./

# МЕНЮ

1 ноября 2025 г.

## Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,75	9,22	25,45	206,02	0,60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,93	0,19	22,14	97,98	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,10	7,11	0,14	64,88	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,19	0,01	11,19	46,36	0,86
<b>Итого</b>			<b>358</b>	<b>7,97</b>	<b>16,53</b>	<b>58,92</b>	<b>415,24</b>	<b>1,46</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,54	0,11	10,88	46,34	0,89
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,54</b>	<b>0,11</b>	<b>10,88</b>	<b>46,34</b>	<b>0,89</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	30	0,76	0,00	1,65	9,63	6,88
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	2,77	3,63	18,42	118,32	7,25
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	11,24	3,82	14,60	139,71	0,45
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,96	6,84	19,18	150,10	9,26
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,89	0,29	33,20	146,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,54	0,21	9,88	47,52	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,10	0,10	21,83	89,28	1,04
<b>Итого</b>			<b>598</b>	<b>22,26</b>	<b>14,89</b>	<b>118,76</b>	<b>701,52</b>	<b>24,88</b>
<b>Полдник</b>								
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	25	2,46	2,40	17,62	106,06	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА	150	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
<b>Итого</b>			<b>175</b>	<b>6,96</b>	<b>3,90</b>	<b>23,92</b>	<b>166,06</b>	<b>0,75</b>
<b>Всего</b>				<b>37,73</b>	<b>35,43</b>	<b>212,48</b>	<b>1 329,16</b>	<b>27,98</b>

медсестра \_\_\_\_\_

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 283794527629869324954276015987693411863249112288

Владелец Ванюнина Елена Анатольевна

Действителен с 11.03.2026 по 11.03.2027