



МЕНЮ

19 июня 2026 г.

Ясли

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	7,43	6,42	21,35	171,46	0,86
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,10	0,21	24,08	106,57	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,07	4,90	0,09	44,78	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,98	2,38	17,51	102,50	0,53
Итого			360	12,58	13,91	63,03	425,31	1,39
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	93	0,37	0,37	9,15	43,88	9,34
Итого			93	0,37	0,37	9,15	43,88	9,34
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,70	7,82	2,25	82,07	13,94
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	180	3,32	6,15	21,81	156,79	13,86
2012	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	180	15,41	9,38	21,92	272,01	9,51
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	3,14	0,32	36,14	159,98	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,48	0,20	9,50	45,71	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,11	0,11	26,13	106,58	1,12
Итого			630	24,16	23,98	117,75	823,14	38,43
Полдник								
2008	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	14,91	12,09	25,63	273,62	0,15
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	35	0,78	1,87	5,90	43,39	0,10
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	5,69	4,74	8,55	98,17	1,02
Итого			285	21,38	18,70	40,08	415,18	1,27
Всего				58,49	56,96	230,01	1 707,51	50,43

медсестра _____



МЕНЮ

19 июня 2026 г.

Сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	200	8,27	7,11	23,75	190,48	0,95
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,62	0,26	30,13	133,38	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,07	4,90	0,09	44,78	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,54	2,85	21,04	123,03	0,64
Итого			417	14,50	15,12	75,01	491,67	1,59
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	93	0,37	0,37	9,15	43,88	9,34
Итого			93	0,37	0,37	9,15	43,88	9,34
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	80	0,93	10,43	3,00	109,49	18,59
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	3,67	6,84	24,18	174,18	15,39
2012	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЦАМИ В СОУСЕ	220	19,94	12,20	28,38	352,42	12,32
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,20	0,42	48,21	213,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,23	0,30	14,26	68,63	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,13	0,13	31,36	127,96	1,34
Итого			754	31,10	30,32	149,39	1 046,09	47,64
Полдник								
2008	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	17,92	14,55	30,75	328,63	0,19
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	35	0,78	1,84	5,91	43,11	0,10
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	6,84	5,69	10,25	117,81	1,22
Итого			335	25,54	22,08	46,91	489,55	1,51
Всего				71,51	67,89	280,46	2 071,19	60,08

медсестра _____