

МЕНЮ

23 июня 2026 г.



Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	185	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ГЕРКУЛЕСОМ	190	8,01	9,83	26,28	224,19	0,90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,12	0,21	24,41	108,07	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,07	4,99	0,10	45,56	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,46	2,00	12,65	77,76	0,44
			371	12,66	17,03	63,44	455,58	1,34
Итого								
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	105	0,51	0,11	10,31	43,89	0,84
			105	0,51	0,11	10,31	43,89	0,84
Итого								
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	34	0,37	0,07	1,27	8,05	8,39
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	180	4,28	5,88	29,32	187,85	8,15
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	15,91	9,72	20,80	274,93	10,73
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	3,19	0,32	36,65	162,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,27	0,17	8,10	38,99	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	150	0,13	0,12	22,97	94,13	1,20
			591	25,15	16,28	119,11	766,17	28,47
Итого								
Полдник								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	55	0,40	4,34	1,25	45,62	5,02
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	120	8,83	9,37	26,48	224,69	0,06
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,90	0,25	12,17	58,55	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,10	0,00	9,20	38,07	0,81
			354	11,23	13,96	49,10	366,93	5,89
Итого								
Всего				49,55	47,38	241,96	1 632,57	36,54

медсестра _____

МЕНЮ

23 июня 2026 г.



Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	185	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ГЕРКУЛЕСОМ	215	8,91	10,93	29,25	249,44	1,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,66	0,27	30,55	135,22	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,07	4,99	0,10	45,56	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,95	2,40	15,28	93,61	0,53
Итого			432	14,59	18,59	75,18	523,83	1,53
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	105	0,51	0,11	10,31	43,89	0,84
Итого			105	0,51	0,11	10,31	43,89	0,84
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	34	0,37	0,07	1,28	8,05	8,39
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	250	5,95	8,16	40,72	260,78	11,30
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	205	19,44	11,78	25,41	335,23	13,11
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,26	0,43	48,88	216,39	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,90	0,25	12,17	58,55	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,15	0,14	27,56	112,92	1,44
Итого			738	32,07	20,83	156,02	991,92	34,24
Полдник								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,53	5,78	1,67	60,71	6,69
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	11,03	11,79	33,02	281,27	0,07
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,90	0,25	12,17	58,55	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,01	11,13	46,02	0,97
Итого			419	13,58	17,83	57,99	446,55	7,73
Всего				60,75	57,36	299,50	2 006,19	44,34

медсестра _____