



МЕНЮ

25 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								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,26	0,22	25,94	114,83	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,12	8,52	0,16	77,75	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	2,76	3,55	0,00	42,48	0,04
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,23	0,01	11,19	46,98	1,21
Итого			219	5,37	12,30	37,29	282,04	1,25
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	109	0,44	0,44	10,67	51,19	10,89
Итого			109	0,44	0,44	10,67	51,19	10,89
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,83	9,28	2,66	97,39	16,54
2012	65	БОРЩ ЗЕЛЕНый	250	2,82	3,81	15,76	108,74	6,40
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	16,75	7,05	18,03	247,95	0,00
2012	165	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	110	5,72	8,12	25,61	198,21	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,61	0,36	41,49	183,66	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,14	0,28	13,71	65,96	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,16	24,44	100,71	1,57
Итого			755	32,03	29,06	141,70	1 002,62	24,51
Полдник								
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	29	2,58	2,51	18,50	111,29	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	180	0,92	0,18	18,63	79,34	1,52
Итого			209	3,50	2,69	37,13	190,63	1,52
Всего				41,34	44,49	226,79	1 526,48	38,17

медсестра _____



МЕНЮ

25 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								
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,80	0,18	20,77	91,94	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,07	5,13	0,10	46,85	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,40	1,78	0,00	21,38	0,02
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,23	0,01	11,21	47,03	1,20
Итого			212	3,50	7,10	32,08	207,20	1,22
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	109	0,44	0,44	10,67	51,16	10,88
Итого			109	0,44	0,44	10,67	51,16	10,88
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	45	0,62	6,91	1,98	72,53	12,32
2012	65	БОРЩ ЗЕЛЕНый	180	2,07	2,73	11,38	78,30	4,60
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	11,95	5,02	12,87	176,91	0,00
2012	165	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	90	5,14	7,33	23,04	178,47	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,71	0,27	31,12	137,74	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,43	0,19	9,13	43,93	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,13	0,13	20,38	83,94	1,30
Итого			580	24,05	22,58	109,90	771,82	18,22
Полдник								
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	29	2,58	2,51	18,50	111,29	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	150	0,77	0,16	15,52	66,10	1,27
Итого			179	3,35	2,67	34,02	177,39	1,27
Всего				31,34	32,79	186,67	1 207,57	31,59

медсестра _____