



## МЕНЮ

10 июля 2026 г.

### Сад

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>								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	75	19,58	25,45	37,52	459,06	0,15
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	23	1,61	1,90	12,51	71,53	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2,15	5,95	23,93	157,82	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,80	2,09	26,48	135,22	0,51
			308	26,14	35,39	100,44	823,63	0,66
<b>Итого</b>								
<b>II Завтрак</b>								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	99	0,40	0,40	9,74	46,72	9,94
			99	0,40	0,40	9,74	46,72	9,94
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,84	6,92	2,62	76,05	10,49
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	220	7,82	1,92	18,23	122,96	9,47
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	220	26,50	22,95	31,56	439,36	13,19
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,46	0,45	51,31	227,14	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,68	0,36	17,14	82,47	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	180	0,93	0,18	18,76	79,87	1,53
			750	43,23	32,78	139,62	1 027,85	34,68
<b>Итого</b>								
<b>Полдник</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	11,71	9,29	44,18	306,31	0,06
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	80	1,11	4,15	4,37	61,55	9,01
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	43,13	175,17	1,43
			410	12,96	13,58	91,68	543,03	10,50
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>				82,73	82,15	341,48	2 441,23	55,78

медсестра



# МЕНЮ

10 июля 2026 г.

## Ясли

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>								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	75	19,58	25,46	37,47	459,06	0,15
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	23	1,61	1,90	12,51	71,53	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,80	4,96	19,96	131,64	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,38	1,75	22,03	112,77	0,43
<b>Итого</b>			<b>273</b>	<b>25,37</b>	<b>34,07</b>	<b>91,97</b>	<b>775,00</b>	<b>0,58</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	99	0,40	0,40	9,74	46,71	9,94
<b>Итого</b>			<b>99</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,74</b>	<b>46,71</b>	<b>9,94</b>
<b>Обед</b>								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	45	0,63	5,17	1,97	56,87	7,87
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	180	5,63	1,38	13,13	88,55	6,81
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	170	21,64	18,75	25,85	359,27	10,79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,36	0,34	38,54	170,61	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,79	0,24	11,45	55,07	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	150	0,78	0,16	15,64	66,57	1,28
<b>Итого</b>			<b>602</b>	<b>33,83</b>	<b>26,04</b>	<b>106,58</b>	<b>796,94</b>	<b>26,75</b>
<b>Полдник</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	120	9,36	7,39	35,33	244,56	0,05
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	0,83	3,16	3,28	46,45	6,76
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	35,94	145,97	1,19
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>10,31</b>	<b>10,67</b>	<b>74,55</b>	<b>436,98</b>	<b>8,00</b>
<b>Всего</b>				<b>69,91</b>	<b>71,18</b>	<b>282,84</b>	<b>2 055,63</b>	<b>45,27</b>

медсестра \_\_\_\_\_



## МЕНЮ

10 июля 2026 г.

### Сад

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	75	19,58	25,45	37,52	459,06	0,15
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	23	1,61	1,90	12,51	71,53	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2,15	5,95	23,93	157,82	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,80	2,09	26,48	135,22	0,51
<b>Итого</b>			<b>308</b>	<b>26,14</b>	<b>35,39</b>	<b>100,44</b>	<b>823,63</b>	<b>0,66</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	99	0,40	0,40	9,74	46,72	9,94
<b>Итого</b>			<b>99</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,74</b>	<b>46,72</b>	<b>9,94</b>
<b>Обед</b>								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,84	6,92	2,62	76,05	10,49
	47	УХА РЫБАЦКАЯ	220	7,82	1,92	18,23	122,96	9,47
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	220	26,50	22,95	31,56	439,36	13,19
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,46	0,45	51,31	227,14	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,68	0,36	17,14	82,47	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	180	0,93	0,18	18,76	79,87	1,53
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>43,23</b>	<b>32,78</b>	<b>139,62</b>	<b>1 027,85</b>	<b>34,68</b>
<b>Полдник</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	11,71	9,29	44,18	306,31	0,06
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	80	1,11	4,15	4,37	61,55	9,01
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	43,13	175,17	1,43
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>12,96</b>	<b>13,58</b>	<b>91,68</b>	<b>543,03</b>	<b>10,50</b>
<b>Всего</b>				<b>82,73</b>	<b>82,15</b>	<b>341,48</b>	<b>2 441,23</b>	<b>55,78</b>

медсестра