



**МЕНЮ**  
**13 августа 2026 г.**

**Ясли**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 94                  | СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ                 | 180   | 7,79              | 4,98    | 33,32            | 206,73                                   | 0,72                  |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 22    | 1,79              | 0,18    | 20,60            | 91,22                                    | 0,00                  |
| 2012                          |                     | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                    | 5     | 0,05              | 3,63    | 0,07             | 33,10                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ          | 150   | 2,59              | 1,99    | 13,52            | 81,70                                    | 0,43                  |
| Итого                         |                     |                                     | 357   | 12,22             | 10,78   | 67,51            | 412,75                                   | 1,15                  |
| II Завтрак                    |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 399                 | СОКИ ФРУКТОВЫЕ                      | 100   | 0,55              | 0,11    | 11,13            | 47,38                                    | 0,91                  |
| Итого                         |                     |                                     | 100   | 0,55              | 0,11    | 11,13            | 47,38                                    | 0,91                  |
| Обед                          |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 341                 | КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ          | 45    | 1,08              | 3,70    | 5,60             | 60,76                                    | 5,50                  |
|                               | 47                  | УХА РЫБАЦКАЯ                        | 180   | 5,04              | 1,93    | 13,61            | 92,84                                    | 7,82                  |
| 2012                          | 305                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ          | 60    | 21,27             | 21,24   | 18,09            | 347,93                                   | 0,86                  |
| 2012                          | 168                 | КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ               | 110   | 5,38              | 3,35    | 31,54            | 177,59                                   | 0,00                  |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 32    | 2,69              | 0,27    | 30,91            | 136,83                                   | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 19    | 1,28              | 0,17    | 8,18             | 39,36                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 398                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА         | 150   | 0,32              | 0,14    | 13,49            | 62,61                                    | 43,12                 |
| Итого                         |                     |                                     | 596   | 37,06             | 30,80   | 121,42           | 917,92                                   | 57,30                 |
| Полдник                       |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 294                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ         | 130   | 20,45             | 7,68    | 28,69            | 286,11                                   | 14,52                 |
| 2008                          | 23                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 50    | 1,40              | 15,66   | 4,50             | 164,30                                   | 27,90                 |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 24    | 1,60              | 0,21    | 10,22            | 49,15                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 393                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 150   | 0,27              | 0,00    | 9,52             | 39,92                                    | 0,74                  |
| Итого                         |                     |                                     | 354   | 23,72             | 23,55   | 52,93            | 539,48                                   | 43,16                 |
| Всего                         |                     |                                     |       | 73,55             | 65,24   | 252,99           | 1 917,53                                 | 102,52                |

медсестра 



**МЕНЮ**  
**13 августа 2026 г.**

**Сад**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 94                  | СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ                 | 200   | 8,65              | 5,54    | 37,08            | 230,00                                   | 0,80                  |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 27    | 2,24              | 0,22    | 25,75            | 114,02                                   | 0,00                  |
| 2012                          |                     | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                    | 5     | 0,05              | 3,63    | 0,07             | 33,10                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ          | 180   | 3,09              | 2,39    | 16,23            | 97,98                                    | 0,51                  |
| Итого                         |                     |                                     | 412   | 14,03             | 11,78   | 79,13            | 475,10                                   | 1,31                  |
| II Завтрак                    |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 399                 | СОКИ ФРУКТОВЫЕ                      | 100   | 0,55              | 0,11    | 11,13            | 47,38                                    | 0,91                  |
| Итого                         |                     |                                     | 100   | 0,55              | 0,11    | 11,13            | 47,38                                    | 0,91                  |
| Обед                          |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 341                 | КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ          | 60    | 1,08              | 3,69    | 5,64             | 60,82                                    | 5,51                  |
|                               | 47                  | УХА РЫБАЦКАЯ                        | 220   | 6,31              | 2,42    | 17,02            | 116,30                                   | 9,79                  |
| 2012                          | 305                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ          | 80    | 28,38             | 28,39   | 24,15            | 464,89                                   | 1,14                  |
| 2012                          | 168                 | КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ               | 130   | 6,36              | 3,89    | 37,29            | 209,48                                   | 0,00                  |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 43    | 3,59              | 0,36    | 41,24            | 182,59                                   | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 29    | 1,91              | 0,25    | 12,26            | 58,97                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 398                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА         | 180   | 0,39              | 0,16    | 16,25            | 75,38                                    | 52,02                 |
| Итого                         |                     |                                     | 742   | 48,02             | 39,16   | 153,85           | 1 168,43                                 | 68,46                 |
| Полдник                       |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 294                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ         | 150   | 26,23             | 10,09   | 36,38            | 367,19                                   | 18,39                 |
| 2008                          | 23                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 60    | 1,40              | 15,66   | 4,50             | 164,30                                   | 27,90                 |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 29    | 1,91              | 0,25    | 12,26            | 58,97                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 393                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 180   | 0,26              | 0,01    | 11,33            | 47,22                                    | 0,87                  |
| Итого                         |                     |                                     | 419   | 29,80             | 26,01   | 64,47            | 637,68                                   | 47,16                 |
| Всего                         |                     |                                     |       | 92,40             | 77,06   | 308,58           | 2 328,59                                 | 117,84                |

медсестра 