

**МЕНЮ**

8 апреля 2026 г.

**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,00	5,43	17,75	120,96	0,87
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	3,06	4,90	32,30	185,46	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,13	0,00	6,06	24,72	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,00	3,76	10,28	91,69	0,08
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>10,63</b>	<b>9,77</b>	<b>44,37</b>	<b>289,77</b>	<b>0,97</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,00	13,14	55,80	309,60
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>13,14</b>	<b>55,80</b>	<b>309,60</b>
<b>Обед</b>								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,63	2,04	3,10	34,31	10,91
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	180/5	5,31	2,81	20,15	127,43	4,26
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ (аллергики)	180/5	5,40	3,41	20,95	136,29	4,19
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	11,52	11,02	2,59	155,58	0,52
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110/3	1,71	3,15	18,45	90,04	0,00
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	110/3	2,66	3,38	12,07	89,14	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
<b>Итого</b>			<b>618</b>	<b>21,99</b>	<b>19,78</b>	<b>68,86</b>	<b>523,77</b>	<b>15,69</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	14,45	7,34	0,57	126,11	0,30
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,74	12,58	0,64	174,48	0,22
2012	341	КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	120	1,15	4,49	15,17	103,05	3,83
2012	341	КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ (аллергики)	120	0,75	4,83	6,66	73,66	7,65
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,13	0,00	6,06	24,72	0,02
2008	пром.	ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>18,33</b>	<b>12,91</b>	<b>52,24</b>	<b>397,27</b>	<b>5,65</b>
<b>Всего</b>				<b>51,85</b>	<b>42,46</b>	<b>178,61</b>	<b>1 266,61</b>	<b>331,91</b>

Шеф повар (зав. производством)

*ЖЕВ*

Крылова И.В.

# МЕНЮ

8 апреля 2026 г.

## Сад 12 часов

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>								
2008	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,60	6,04	22,46	157,48	1,00
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	3,53	5,31	37,33	211,29	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,87	65,60	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,00	36,53	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,80	4,66	11,32	107,20	0,04
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>12,42</b>	<b>11,43</b>	<b>55,65</b>	<b>366,81</b>	<b>1,07</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,00	13,14	55,80	309,60
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>13,14</b>	<b>55,80</b>	<b>309,60</b>
<b>Обед</b>								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,79	2,55	3,88	42,84	13,73
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	6,43	3,35	25,98	160,08	4,82
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ (аллергики)	200/10	6,45	3,81	26,15	165,11	4,85
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	13,49	13,36	3,01	186,20	0,60
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70	13,33	13,36	2,13	181,84	0,32
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,02	3,72	24,64	136,76	0,00
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	3,68	4,35	16,67	120,41	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,61	51,07	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>26,64</b>	<b>24,07</b>	<b>90,32</b>	<b>682,64</b>	<b>19,15</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75	15,36	7,00	2,59	134,42	0,32
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,67	12,57	0,26	172,58	0,11
2012	341	КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	130	1,25	4,91	21,01	138,44	4,14
2012	341	КАБАЧКИ ТУШЕННЫЕ (аллергики)	130	0,83	4,70	7,72	77,10	8,55
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,00	36,53	0,03
2008	пром.	ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>515</b>	<b>19,98</b>	<b>13,21</b>	<b>69,36</b>	<b>483,28</b>	<b>6,99</b>
<b>Всего</b>				<b>59,94</b>	<b>48,71</b>	<b>228,47</b>	<b>1 588,53</b>	<b>336,81</b>

Шеф повар (зав. производством)

И.В. Крылова

Крылова И.В.