

# МЕНЮ

16 января 2026 г.

## Ясли 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		
Завтрак								
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,48	5,27	18,69	140,77	0,56
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,05	24,64	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35	3,98	7,01	10,31	120,99	0,03
Итого			345	8,58	12,28	35,05	286,40	0,61
II Завтрак								
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,31	44,67	9,50
Итого			95	0,38	0,38	9,31	44,67	9,50
Обед								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,54	3,04	3,20	42,29	1,50
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	5,19	5,98	9,68	113,24	4,80
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	161/15	14,21	19,09	20,01	313,05	8,81
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,69	0,28	14,20	46,00	12,00
Итого			621	23,83	29,30	68,42	620,87	27,11
Уплотненный Полдник								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	10,77	3,43	3,86	89,37	0,70
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	110	2,12	4,20	14,02	102,72	9,29
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,34	3,73	7,18	80,72	0,80
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,23	1,86	25,90	137,19	0,09
Итого			385	22,78	13,40	59,44	450,79	10,88
Всего				55,57	55,36	172,22	1 402,73	48,10

Шеф повар (зав. производством)

ГЛВ

Крылова И.В.

**МЕНЮ**

16 января 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		
Завтрак								
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,45	7,32	25,86	196,06	0,79
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА (аллергики)	150	2,14	4,45	18,58	122,78	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,00	36,53	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,90	4,78	11,31	108,69	0,10
Итого			400	12,62	12,54	53,88	380,58	0,92
II Завтрак								
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	100	0,90	0,20	8,10	43,00	59,99
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,41	0,41	9,92	47,59	10,13
Итого			100	0,90	0,20	8,10	43,00	59,99
Обед								
2008	48	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	50	1,94	4,75	3,50	64,79	1,66
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	5,31	6,04	10,35	117,24	5,12
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (аллергики)	200	5,40	6,85	10,38	125,07	5,15
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200/15	17,67	19,49	24,94	350,06	11,01
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергики)	199/15	16,99	17,29	23,98	319,66	10,92
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36	13,32
Итого			715	29,23	31,54	78,00	732,94	31,11
Уплотненный Полдник								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80	10,41	4,78	5,21	105,66	0,84
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	68	12,26	11,22	9,17	186,50	0,00
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150	2,74	3,35	19,09	117,80	10,40
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,58	8,80	98,99	0,98
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,32	1,87	26,37	139,52	0,09
2024	ТК № 5	БАТОН нарезной пшеничный (аллергики)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			485	24,78	14,84	72,19	523,16	12,31
Всего				67,53	59,12	212,17	1 679,68	104,33

Шеф повар (зав. производством)

*ГЕВ*

Крылова И.В.