

# МЕНЮ

16 апреля 2026 г.

## Ясли 12 часов

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	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	136/15	24,09	15,69	29,34	361,53	0,30
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	150	5,44	2,42	34,88	183,25	0,00
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,81	1,43	9,09	57,09	0,23
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	6,22	25,63	0,04
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,95	3,89	9,57	77,15	0,03
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (аллергики)	20	0,79	0,29	11,74	52,76	0,05
2008	пром.	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	95	0,39	0,39	9,49	45,52	9,68
<b>Итого</b>			<b>446</b>	<b>27,61</b>	<b>21,20</b>	<b>55,13</b>	<b>531,87</b>	<b>36,66</b>
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (аллергики)	180	0,90	0,00	13,14	55,80	309,60
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,50</b>	<b>3,13</b>	<b>5,64</b>	<b>70,64</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,54	3,04	3,20	42,29	1,50
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) СО СМЕТАНОЙ	200	3,35	5,87	11,09	112,46	9,18
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) (аллергики)	200	1,94	3,84	11,91	90,11	9,68
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	60	10,09	10,57	4,02	153,56	0,56
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) (аллергики)	60	10,10	10,21	3,37	145,71	0,27
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,71	4,77	17,66	125,00	8,08
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,56	4,97	20,87	138,70	10,56
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,02	0,13	6,50	31,27	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,69	0,28	15,20	62,30	12,00
<b>Итого</b>			<b>635</b>	<b>19,90</b>	<b>25,24</b>	<b>67,95</b>	<b>579,28</b>	<b>31,32</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,24	0,03	0,50	3,86	1,49
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	60	12,76	7,36	6,87	144,70	0,38
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	60	10,61	11,69	8,57	181,68	0,00
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	2,05	3,03	15,40	102,46	14,17
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,56	4,97	20,87	138,70	10,56
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,68	0,22	10,74	51,67	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	150	0,17	0,02	10,26	45,34	3,22
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2008	пром.	ВАФЛИ	25	0,71	0,84	19,58	89,68	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>17,61</b>	<b>11,50</b>	<b>63,35</b>	<b>437,71</b>	<b>19,26</b>
<b>Всего</b>				<b>68,62</b>	<b>61,07</b>	<b>192,07</b>	<b>1 619,50</b>	<b>88,12</b>

Шеф повар (зав. производством)



Крылова И.В.

# МЕНЮ

16 апреля 2026 г.

## Сад 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>								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	34,32	20,94	46,44	520,09	0,42
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	150	5,40	2,72	34,65	184,83	0,00
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,98	1,55	9,25	59,57	0,24
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,13	0,00	8,98	36,43	0,03
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (аллергики)	35	1,57	0,58	21,28	96,67	0,08
2008	пром.	МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,40	0,40	9,77	46,87	9,97
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>38,09</b>	<b>26,76</b>	<b>80,37</b>	<b>725,06</b>	<b>38,71</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (аллергики)	180	0,90	0,00	13,14	55,80	309,60
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,50</b>	<b>3,13</b>	<b>5,64</b>	<b>70,64</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,69	3,80	4,02	52,89	1,88
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) СО СМЕТАНОЙ	200	3,38	5,54	11,18	111,25	9,19
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) (аллергики)	200	1,83	3,83	10,86	85,41	9,33
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70	11,43	12,18	6,40	182,90	0,70
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) (аллергики)	70	10,79	11,02	4,71	160,94	0,32
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,35	4,17	21,90	139,42	10,06
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,91	5,33	23,72	154,83	12,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	18,01	91,79	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36	13,32
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>23,57</b>	<b>27,20</b>	<b>85,75</b>	<b>703,40</b>	<b>35,15</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50	1,88
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	80	18,38	9,84	8,92	197,64	0,55
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	70	12,50	11,62	10,82	197,65	0,00
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	2,44	8,59	26,64	181,87	17,64
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,91	5,33	23,72	154,83	12,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	200	0,23	0,03	7,57	35,99	4,32
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,13	0,00	8,98	36,43	0,03
2008	пром.	ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>23,61</b>	<b>19,68</b>	<b>77,65</b>	<b>568,99</b>	<b>24,39</b>
<b>Всего</b>				<b>88,77</b>	<b>76,77</b>	<b>249,41</b>	<b>2 068,09</b>	<b>99,13</b>

Шеф повар (зав. производством)



Крылова И.В.