

МЕНЮ

26 февраля 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		
Завтрак								
2008	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	14,33	14,95	4,20	208,76	0,89
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,58	1,16	9,24	54,08	0,25
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,94	3,54	9,57	73,94	0,03
2008	пром.	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,13	36,13
Итого			440	17,61	19,84	30,14	372,91	37,30
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008	22	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (НАРЕЗКА)	40	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	1,35	2,17	6,53	53,35	8,81
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	10,41	5,50	1,90	115,34	7,80
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110/3	1,40	3,30	18,75	112,80	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
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,41	0,09	17,34	72,46	0,00
Итого			613	16,63	11,85	63,79	451,04	18,11
Уплотненный Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,86	1,99	1,82	28,55	1,32
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	140	4,37	5,26	19,02	141,46	28,68
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,09	1,70	9,32	61,36	0,38
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	0,25	0,93	10,53	51,45	0,03
Итого			425	9,82	10,75	56,11	361,42	30,41
Всего				47,56	45,57	155,68	1 256,01	86,70

Шеф повар (зав. производством)



Крылова И.В.

МЕНЮ

26 февраля 2026 г.

Сад 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		
Завтрак								
2008	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	8,30	6,21	12,59	138,18	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	150	5,29	2,40	33,85	178,33	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,10	0,00	8,91	36,03	0,02
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (аллергики)	35	1,56	0,58	20,18	92,24	0,08
2008	пром.	МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,41	0,41	9,92	47,59	10,13
Итого			495	11,48	11,87	50,04	354,11	38,35
II Завтрак								
2012	401	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
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50	1,88
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,65	2,77	7,47	63,94	10,53
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	200	1,61	1,95	7,69	55,59	10,78
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	14,61	7,20	2,65	157,17	10,94
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (аллергики)	80	14,16	5,99	2,27	136,79	10,96
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1,65	8,53	23,32	158,90	0,00
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	3,41	3,53	21,88	133,00	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,10	0,00	8,91	36,03	0,02
Итого			715	22,22	19,64	62,31	516,10	23,35
Уплотненный Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,45	3,01	3,04	44,84	2,20
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	160	5,73	10,28	15,32	177,35	32,74
		КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ (аллергики)	150	3,98	3,70	6,67	76,62	47,18
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,10	0,00	8,91	36,03	0,02
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	0,30	1,09	12,20	59,80	0,04
Итого			490	12,29	18,05	58,92	428,59	35,56
Всего				49,49	52,69	176,91	1 369,44	98,14