

МЕНЮ

30 июня 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		
Завтрак								
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	5,34	32,30	189,48	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,05	24,67	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,03	3,80	10,28	92,11	0,08
Итого			360	10,65	9,81	44,36	290,14	0,97
II Завтрак								
2024	34	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ 125	125	3,50	3,13	5,64	55,65	0,88
2024	ТК № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	180	0,41	0,07	6,78	27,09	0,09
Итого			125	3,50	3,13	5,64	55,65	0,88
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,03	3,11	34,21	10,97
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	180/5	5,30	2,62	20,06	125,21	4,24
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ (аллергики)	180/5	5,40	2,96	20,95	132,28	4,19
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	11,54	11,04	2,58	155,79	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	3,82	12,07	93,15	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
Итого			618	22,01	19,60	68,77	521,66	15,73
Уплотненный Полдник								
2008	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	14,32	14,96	4,19	208,89	0,89
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	150	5,44	2,42	34,88	183,25	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,66	51,28	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,05	24,67	0,02
2008	пром.	ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,44	89,01	0,00
Итого			375	16,80	16,01	40,34	373,85	0,91
Всего				52,96	48,55	159,11	1 241,30	18,49

Шеф повар (зав. производством)



Крылова И.В.

МЕНЮ

30 июня 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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,60	6,04	22,46	157,48	1,00
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	3,53	5,40	37,33	212,10	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,87	65,62	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	4,65	11,32	107,16	0,04
Итого			410	12,42	11,42	55,65	366,79	1,07
II Завтрак								
2024	34	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ 125	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергии)	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,79	2,55	3,88	42,79	13,72
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	6,44	3,39	25,98	160,51	4,82
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ (аллергии)	200/10	6,41	3,84	25,80	163,58	4,91
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	13,49	13,36	3,01	186,18	0,60
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергии)	70	13,31	13,45	2,00	181,97	0,32
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,02	3,72	24,64	136,76	0,00
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	3,66	4,31	16,59	119,57	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,62	51,08	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
Итого			715	26,65	24,11	90,33	683,01	19,14
Уплотненный Полдник								
2008	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	8,30	6,21	12,59	138,18	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	150	5,41	2,65	34,71	184,44	0,00
	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
Итого			420	11,27	7,46	57,50	342,10	0,03
Всего				53,84	46,12	209,12	1 462,54	21,12

Шеф повар (зав. производством)



Крылова И.В.