

МЕНЮ

21 мая 2026 г.
Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр , батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	2,33	1,94	7,94	58,84	0,04
2024	27	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая)	130	3,08	5,71	21,09	141,70	1,50
2024	27	КАША "ДРУЖБА" БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики) (крупа рисовая, пшено, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая)	130	0,92	4,19	16,65	107,87	0,00
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,53
2024	23	ЧАЙ БЕЗ МОЛОКА (аллергики) (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (йогурт 2,5% жирности 0,1)	120	3,36	3,00	5,41	67,81	0,84
к/к	к/к	ВОДА ПИТЬЕВАЯ (аллергики) (вода питьевая)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			420	10,91	12,82	45,95	328,69	2,91
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок прямого отжима)	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00
Обед								
2024	21	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ (огурцы соленые)	47	0,37	0,05	0,79	6,03	2,32
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое литр, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к, сметана 15% жирности, соль йодированная, петрушка (зелень))	150/10/5	4,35	5,20	8,99	103,95	8,49
2024	60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (курица (грудки), масло подсолнечное рафинированое литр, картофель, морковь, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная)	165	11,80	16,50	18,36	269,61	8,05
2024	52	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	155	0,79	0,05	19,00	80,19	0,25
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,58	0,73	13,03	66,41	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	0,71	0,13	6,55	31,51	0,00
Итого			572	19,60	22,66	66,72	557,70	19,11
Полдник								
2024	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	36	0,40	0,07	1,37	8,62	8,98
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	60	6,83	7,62	6,53	112,86	0,07
2011	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое литр)	110	3,34	6,83	20,43	157,30	1,62
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50	0,66
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированое литр)	55	8,15	5,76	25,42	186,66	0,04
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	0,71	0,13	6,55	31,51	0,00
Итого			437	19,56	20,41	67,38	526,45	11,37
Всего				51,07	56,09	200,25	1 504,84	37,39