

МЕНЮ 4 августа 2026 г.

Ясли

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30/7/6	3,25	7,81	10,54	100,47	0,00
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ (крупа ячневая, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	180	4,29	5,70	17,00	119,12	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,96	3,10	9,22	70,00	0,00
Итого			363	10,50	16,61	36,76	289,59	0,00
II Завтрак								
2008	110	ЯБЛОКО (яблоки)	190	0,67	0,67	16,38	73,00	0,00
Итого			190	0,67	0,67	16,38	73,00	0,00
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (рыбн.консервы в масле,сайра бланширован., картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная)	150	5,45	2,13	8,68	105,75	0,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, говядина б/к, соль йодированная, морковь, масло подсолнечное рафинированое)	150	11,88	13,21	16,63	233,00	8,24
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	3,63	14,51	0,00
2018	12	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	1,85	0,16	12,17	57,43	0,00
2018	13	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	1,93	0,25	12,34	59,35	0,00
Итого			505	21,11	15,75	53,45	470,04	8,24
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированое)	60	6,42	6,44	31,85	200,06	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, сахар песок, лимон, вода питьевая)	150	0,17	0,01	4,10	18,87	1,70
Итого			210	6,59	6,45	35,95	218,93	1,70
Всего				38,87	39,48	142,54	1 051,56	9,94

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое)	40/10/9	4,67	11,34	15,49	142,16	0,00
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ (крупа ячневая, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	180	5,03	6,07	21,46	141,38	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	3,29	3,41	10,90	88,38	0,57
Итого			409	12,99	20,82	47,85	371,92	0,57
II Завтрак								
2008	110	ЯБЛОКО (яблоки)	200	0,70	0,70	17,25	86,00	0,00
Итого			200	0,70	0,70	17,25	86,00	0,00
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, рыбн.консервы в масле сайра бланширован.)	200	6,67	3,15	10,69	151,31	0,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, соль йодированная, говядина б/к, морковь, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста)	200	15,07	16,47	20,61	291,59	11,08
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	3,91	15,63	0,00
2018	12	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2018	13	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	2,38	0,32	15,22	73,24	0,00
Итого			647	26,34	20,12	65,03	600,69	11,08
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	70	7,30	6,88	37,63	241,95	0,16
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, сахар песок, лимон, вода питьевая)	180/10/7	0,18	0,01	5,30	23,52	1,46
Итого			267	7,48	6,89	42,93	265,47	1,62
Всего				47,51	48,53	173,06	1 324,08	13,27