



МЕНЮ
14 января 2026 г.
Ясли 12 часов

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								
2008	189	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩ.МОЛОКОМ (вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, крупа манная, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	100	19,5	16,2	29,2	343	0,5
2008		БАТОН ПРОСТОЙ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	30/8	2,4	6,6	15	129	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко пастер. 3,2% жирности, какао-порошок, сахар песок, вода питьевая)	150	3,7	4,1	11,7	100	0,7
Итого			288	25,6	26,9	55,9	572	1,2
II Завтрак								
2008	442	БАНАН (Банан)	69	1	0,3	14,4	66	6,9
Итого			69	1	0,3	14,4	66	6,9
Обед								
2008	92	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (морковь, соль йодированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, картофель, огурцы соленые, кури потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, крупа перловая)	120	5,1	7,1	13,2	144	5
2008	241	СОУС (мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, морковь)	5	0,6	0,1	3,7	18	0,1
2008	272	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ (говядина б/к, крупа рисовая, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.), масло сладко- сливочное несоленое, соль йодированная)	85	9,4	11,9	10,4	187	0,1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая)	150	0,2		11,7	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,7	0,4	17,1	83	0
Итого			400	18	19,5	56,1	481	5,2
Полдник								
2008	471	БУБЛИК (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, масло сладко- сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 3,2% жирности)	60	4,4	5,7	27,5	178	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (сахар песок, чай черный байховый, лимон)	280/10	0,1		6,2	26	0,9
Итого			350	4,5	5,7	33,7	204	1
Ужин								
2008	331	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ (крупа пшеничная полтавская, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок)	150	6,3	6,7	24,7	186	0,7
2008		БЕЛЫЙ ХЛЕБ (батон простой)	20	1,6	0,2	10,1	49	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	150	0,1		5,9	24	0
Итого			320	8	6,9	40,7	259	0,7
Всего				57,1	59,3	200,8	1582	15

МЕНЮ
14 января 2026 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	140	21,3	17,5	32,4	376	0,5
2008		БАТОН ПРОСТОЙ СМАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	41/10	3,2	8,4	20	168	0
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	175	4,1	4,5	13,2	110	0,7
Итого			366	28,6	30,4	65,6	654	1,2
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	69	1	0,3	14,4	66	6,9
Итого			69	1	0,3	14,4	66	6,9
Обед								
2008	92	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (вода питьевая, соль йодированная, морковь, лук репчатый, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, огурцы соленые, сметана 15% жирности, крупа перловая)	180	5,8	7	13,8	145	5,5
2012	429	СОУС (морковь, мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый)	35	0,5	0,1	3,6	18	0,1
2008	272	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ (говядина б/к, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	45	10,5	12,5	13,7	209	0,2
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая)	180	0,3	0,1	13,8	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	48	3,2	0,4	20,3	98	0
Итого			488	20,3	20,1	65,2	527	5,8
Полдник								
2008	471	БУБЛИК (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 3,2% жирности)	70	5,1	5,6	31	196	0,1
2008	434	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, сахар песок, лимон)	315/10	0,1		7,1	30	0,9
Итого			395	5,2	5,6	38,1	226	1
Ужин								
2012	317	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ (крупа пшеничная полтавская, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок)	175	7,1	7,1	28,2	206	0,7
2008		БЕЛЫЙ ХЛЕБ (батон простой)	20	1,6	0,2	10,1	49	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		6,9	28	0
Итого			375	8,8	7,3	45,2	283	0,7
Всего				63,9	63,7	228,5	1756	15,6