



# МЕНЮ

23 сентября 2025 г.

## Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                        | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                           |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                           |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 221                 | СЫРНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ<br>(творог 5,0% жирности, сушеные абрикосы без косточки (курага), мука пшеничная высш сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, соль йодированная) | 90/20 | 18,67             | 14,23      | 23,94            | 302,01                                        | 0,25                  |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ<br>(масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн формовой мука высш сорт)                                                                                                                                                           | 30/5  | 2,32              | 4,32       | 15,09            | 108,45                                        | 0,00                  |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ<br>(кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)                                                                                                                                                          | 200   | 0,00              | 0,00       | 29,92            | 119,71                                        | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                           | 345   | 20,99             | 18,55      | 68,95            | 530,17                                        | 0,25                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                                           |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(яблоки)                                                                                                                                                                                                                                        | 100   | 0,40              | 0,40       | 9,80             | 47,00                                         | 10,00                 |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                           | 100   | 0,40              | 0,40       | 9,80             | 47,00                                         | 10,00                 |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                           |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2025                          | 001                 | САЛАТ "СОЛНЕЧНЫЙ"<br>(морковь, сыр голландский (круглый), яблоки, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)                                                                                                                                  | 40    | 2,31              | 5,41       | 1,93             | 66,28                                         | 0,69                  |
| 2012                          | 76                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ<br>(картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соляные, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)                                                | 180   | 6,01              | 4,08       | 18,59            | 137,88                                        | 7,52                  |
| 2008                          | 272                 | КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВ. МЯСА<br>(говядина 1 категории, хлеб пшеничн формовой мука высш сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)                                                                                                 | 60    | 8,81              | 10,45      | 5,26             | 150,09                                        | 0,00                  |
| 2023г                         | 01                  | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ<br>(горох лущеный, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)                                                                                                                                                                    | 100   | 11,13             | 4,22       | 23,26            | 175,63                                        | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                           | 150   | 0,00              | 0,00       | 7,74             | 30,96                                         | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог микронутриентами)                                                                                                                                                                                               | 40    | 2,65              | 0,35       | 16,96            | 81,58                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                           | 570   | 30,91             | 24,51      | 73,74            | 642,42                                        | 8,21                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                           |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                                        | 180   | 5,06              | 4,37       | 8,38             | 94,28                                         | 0,94                  |
| 2008                          | 451                 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ С ЯЙЦОМ<br>(мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))                   | 100   | 6,14              | 7,07       | 35,27            | 229,99                                        | 9,72                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                           | 280   | 11,20             | 11,44      | 43,65            | 324,27                                        | 10,66                 |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                           |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ<br>(овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)                                                                              | 200   | 6,58              | 9,68       | 24,40            | 210,43                                        | 1,29                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн формовой мука высш сорт)                                                                                                                                                                                                  | 30    | 2,29              | 0,19       | 15,05            | 71,05                                         | 0,00                  |
| 2008                          | 438                 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>(яблоки, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                                                  | 200   | 0,10              | 0,10       | 26,40            | 108,01                                        | 3,00                  |
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                           | 430   | 8,97              | 9,97       | 65,85            | 389,49                                        | 4,29                  |