



# МЕНЮ

2 июня 2026 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,19	2,65	14,74	86,47	1,62
2024	ТК № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,68	4,07	10,57	119,00	0,50
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,52	0,21	21,43	93,79	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,40	0,40	9,90	44,20	4,00
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
<b>Итого</b>			<b>575</b>	<b>10,74</b>	<b>11,90</b>	<b>50,94</b>	<b>360,23</b>	<b>63,34</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	199	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>199</b>	<b>2,79</b>	<b>5,00</b>	<b>13,07</b>	<b>90,76</b>	<b>1,10</b>
<b>Обед</b>								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	40	0,43	2,43	1,37	29,95	10,63
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	4,18	4,63	11,69	105,28	3,71
2024	ТК № 56	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (аллергики)	180/10/10	4,62	5,34	8,03	98,95	6,78
2024	ТК № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	220	11,12	10,86	42,63	302,79	19,88
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,51	5,79	20,44	144,12	10,34
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	9,06	7,74	0,33	107,12	0,13
2024	ТК № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,66	0,27	19,05	93,80	0,32
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>18,51</b>	<b>18,76</b>	<b>88,81</b>	<b>601,71</b>	<b>34,54</b>
<b>Полдник</b>								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	65	7,88	8,34	16,51	189,46	0,18
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	8,61	8,51	1,20	115,72	0,84
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,35	5,72	19,28	142,34	8,84
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,90	4,70	23,50	148,00	21,00
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	181	1,62	0,18	17,10	72,00	10,80
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,59	1,99	15,12	85,53	0,00
<b>Итого</b>			<b>431</b>	<b>15,43</b>	<b>16,36</b>	<b>74,37</b>	<b>519,92</b>	<b>19,82</b>
<b>Всего</b>				<b>47,47</b>	<b>52,02</b>	<b>227,19</b>	<b>1 572,62</b>	<b>118,80</b>



## МЕНЮ

2 июня 2026 г.

### Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во-ды, г		
<b>Завтрак</b>								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	0,99	0,42	10,54	40,37	1,87
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89	0,84
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,68	0,24	22,61	99,30	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
2012	368	ГРУША	95	0,38	0,29	9,79	44,65	4,75
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>4,84</b>	<b>8,24</b>	<b>49,74</b>	<b>291,30</b>	<b>7,85</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	181	3,70	4,25	6,60	73,50	1,19
	TK№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>181</b>	<b>3,70</b>	<b>4,25</b>	<b>6,60</b>	<b>73,50</b>	<b>1,19</b>
<b>Обед</b>								
2024	11	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	35	1,58	3,90	2,26	50,65	1,10
2024	25	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,52	4,64	14,66	118,72	5,73
2024	44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/20/5	7,45	5,43	7,38	108,25	5,73
2024	12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	9,20	6,86	14,52	186,28	15,68
2024	13	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	15,74	76,15	60,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>539</b>	<b>17,78</b>	<b>16,31</b>	<b>63,83</b>	<b>514,79</b>	<b>82,51</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	19	2,46	2,23	0,14	30,46	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	9,77	9,37	12,25	204,68	15,41
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	101	0,40	0,40	9,92	47,58	10,12
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>467</b>	<b>17,54</b>	<b>14,86</b>	<b>42,63</b>	<b>413,02</b>	<b>16,13</b>
<b>Всего</b>				<b>43,86</b>	<b>43,66</b>	<b>162,80</b>	<b>1 292,61</b>	<b>107,68</b>