Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

22 октября 2026 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2001	30	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,9	7,4	17	156	0,6
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	150	1,1	3,2	13,7	88	0
2008	127	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,6	2,6	11,4	80	0,4
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	170			7,3	29	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13,3	58	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,1		37	0
Итого			**350**	**9,2**	**14,4**	**41,7**	**331**	**1**
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,3		0,5	4	1,6
2008	115	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	150	0,8	2,5	5,9	50	2,8
2008	96	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	10,7	4,4	2,7	109	8,1
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	60	7,8	6,2	4,2	103	0
2008		ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ ОТВАРНАЯ	110	1,6	3,2	18,8	111	0
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			5,6	23	0
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	15	1,3	0,2	7,6	37	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1,2	0,2	7,1	35	0
Итого			**530**	**15,9**	**10,5**	**48,2**	**369**	**12,5**
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008	121	СОК ФРУКТОВЫЙ 1-3	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			**234**	**3,6**	**3,5**	**45,5**	**228**	**4**
Всего				**28,7**	**28,4**	**135,4**	**928**	**17,5**

Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

22 октября 2026 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2001	30	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,4	9,8	21,7	201	0,8
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	200	1,4	2,6	18,3	102	0
2008	127	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	3	12,7	90	0,5
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	180			6,8	27	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13	57	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,1		37	0
Итого			**430**	**11,1**	**17,2**	**47,4**	**385**	**1,3**
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,3		0,5	4	1,6
2008	115	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	200	1,5	3,4	10,9	81	5,3
2008	96	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	14,3	5,9	3,5	145	10,8
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	80	10,2	8,2	5,5	137	0
2001	33	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ ОТВАРНАЯ	130	6	5	27,2	178	0
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	2	0,3	12,6	62	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,8	0,3	11,8	58	0
Итого			**670**	**25,9**	**14,9**	**73,3**	**555**	**17,7**
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	34	2,6	3,3	25,3	142	0
		СОК ФРУКТОВЫЙ 3-7	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			**234**	**3,6**	**3,5**	**45,5**	**228**	**4**
Всего				**40,6**	**35,6**	**166,2**	**1168**	**23**

Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

22 октября 2026 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2001	30	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,4	9,8	21,7	201	0,8
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	200	1,4	2,6	18,3	102	0
2008	127	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	3	12,7	90	0,5
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	180			6,8	27	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13	57	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,1		37	0
Итого			**430**	**11,1**	**17,2**	**47,4**	**385**	**1,3**
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,3		0,5	4	1,6
2008	115	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	200	1,5	3,4	10,9	81	5,3
2008	96	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	14,3	5,9	3,5	145	10,8
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	80	10,2	8,2	5,5	137	0
2001	33	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ ОТВАРНАЯ	130	6	5	27,2	178	0
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	2	0,3	12,6	62	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,8	0,3	11,8	58	0
Итого			**670**	**25,9**	**14,9**	**73,3**	**555**	**17,7**
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	34	2,6	3,3	25,3	142	0
		СОК ФРУКТОВЫЙ 3-7	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			**234**	**3,6**	**3,5**	**45,5**	**228**	**4**
Всего				**40,6**	**35,6**	**166,2**	**1168**	**23**