Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

21 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								
2013	25	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,7	6,7	18,3	153	0,6
2001	26/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,5	3,7	14,2	100	0
2008	125	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,7	2,8	10,6	79	0,4
2013	140	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ (аллергики)	170	0,4		11,9	50	0,1
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13,3	58	0
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,1		37	0
Итого			**350**	**9,1**	**13,9**	**42,2**	**327**	**1**
Обед								
2001	4	ВИНЕГРЕТ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	30	0,4	1,6	2,4	27	1,3
2008	54	ЩИ С КУРОЙ	150	7,2	5,9	5,6	108	8,5
2008	99	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С МОРКОВЬЮ	60	7,1	4,5	3,7	91	0,4
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	60	7,2	5,7	3,7	95	0
2008	71	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4	16,7	115	7,8
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,5	3,7	20,5	126	10,4
2013	140	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ	150	0,3		9,9	42	0,1
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	15	1,1	0,1	6,8	34	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1,2	0,2	7,3	36	0
Итого			**550**	**20,2**	**16,3**	**52,4**	**453**	**18,1**
Полдник								
2008	47	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ	100	8,7	11,5	3,2	153	0,3
2013	50	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ (аллергики)	52	6,5	5,9	0,4	80	0
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,2	25	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1,2	0,2	7,5	37	0
Итого			**265**	**10**	**11,7**	**16,9**	**215**	**0,3**
Всего				**39,3**	**41,9**	**111,5**	**995**	**19,4**

Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

21 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								
2013	25	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,4	8,7	24,3	202	0,8
2001	26/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	3,3	4,5	18,3	127	0
2008		КАКАО-НАПИТОК "ВИТОШКА"	200	3,2	3,3	15,4	105	0,6
2013	140	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ (аллергики)	180	0,4		12	50	0,1
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13,3	58	0
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		3,7		34	0
Итого			**430**	**11,3**	**16**	**53**	**399**	**1,4**
Обед								
2001	4	ВИНЕГРЕТ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	3,3	5	53	2,5
2008	54	ЩИ С КУРОЙ	200	9,6	7,9	7,3	143	11,6
2008	54/1	ЩИ С КУРОЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	9,3	6,7	7	127	11,5
2008	99	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С МОРКОВЬЮ	80	9,7	6,3	5,9	127	1
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	80	9,5	7,7	5,1	128	0
2008	71	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,4	4,5	19,4	132	9
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,9	3,8	23,6	141	12
2013	140	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ	180	0,4		12	50	0,1
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	1,8	0,2	11,3	56	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,9	0,3	12,1	60	0
Итого			**720**	**27,5**	**22,5**	**73**	**621**	**24,2**
Полдник								
2008	47	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ	120	9,6	12	3,5	163	0,4
2013	50	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ (аллергики)	52	6,5	5,9	0,4	80	0
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,5	30	0
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	15	1,1	0,1	6,8	34	0
Итого			**315**	**10,8**	**12,1**	**17,8**	**227**	**0,4**
Всего				**49,6**	**50,6**	**143,8**	**1247**	**26**

Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

21 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								
2013	25	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,4	8,7	24,3	202	0,8
2001	26/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	3,3	4,5	18,3	127	0
2008		КАКАО-НАПИТОК "ВИТОШКА"	200	3,2	3,3	15,4	105	0,6
2013	140	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ (аллергики)	180	0,4		12	50	0,1
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13,3	58	0
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		3,7		34	0
Итого			**430**	**11,3**	**16**	**53**	**399**	**1,4**
Обед								
2001	4	ВИНЕГРЕТ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	3,3	5	53	2,5
2008	54	ЩИ С КУРОЙ	200	9,6	7,9	7,3	143	11,6
2008	54/1	ЩИ С КУРОЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	9,3	6,7	7	127	11,5
2008	99	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С МОРКОВЬЮ	80	9,7	6,3	5,9	127	1
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	80	9,5	7,7	5,1	128	0
2008	71	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,4	4,5	19,4	132	9
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,9	3,8	23,6	141	12
2013	140	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ	180	0,4		12	50	0,1
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	1,8	0,2	11,3	56	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,9	0,3	12,1	60	0
Итого			**720**	**27,5**	**22,5**	**73**	**621**	**24,2**
Полдник								
2008	47	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ	120	9,6	12	3,5	163	0,4
2013	50	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ (аллергики)	52	6,5	5,9	0,4	80	0
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,5	30	0
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	15	1,1	0,1	6,8	34	0
Итого			**315**	**10,8**	**12,1**	**17,8**	**227**	**0,4**
Всего				**49,6**	**50,6**	**143,8**	**1247**	**26**