Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

3 ноября 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	39	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,7	6,7	17,5	150	0,6
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	150	1,1	3,2	13,7	88	0
2008	125	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,7	2,8	10,6	79	0,4
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	200			8,5	34	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13,3	58	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,1		37	0
Итого			**350**	**9,1**	**13,9**	**41,4**	**324**	**1**
Обед								
2012	18	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ	30	0,6	2,4	4,9	45	0,6
2008	53	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	150	2,1	1,1	8	54	3,3
2008	53/2	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	150	2	0,2	8,2	43	3,5
2008	88	МЯСО ОТВАРНОЕ, ТУШЕННОЕ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	11	24,4	15,3	326	7,8
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6,3	25	0
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	15	1,1	0,1	6,6	33	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1	0,2	6,4	31	0
Итого			**510**	**15,8**	**28,2**	**47,5**	**514**	**11,7**
Полдник								
2008	41	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ	130	18,9	12,3	14,5	247	0,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008	110	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	30	1,3	1,1	5,5	37	0,2
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,6	27	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1	0,2	6,4	31	0
Итого			**325**	**21,3**	**13,6**	**33**	**342**	**0,6**
Всего				**46,2**	**55,7**	**121,9**	**1180**	**13,3**

Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

3 ноября 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	39	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,2	8,7	23,5	198	0,8
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	200	1,2	3,9	16,4	105	0
2008	125	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,9	135	1
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	200			8,3	34	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13	57	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		3,8		35	0
Итого			**430**	**10,8**	**15,3**	**61,4**	**425**	**1,8**
Обед								
2012	18	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ	60	1	4,3	8,5	77	1,2
2008	53	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	2,7	1,5	10,8	72	4,2
2008	53/2	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	2,5	0,2	10,5	55	4,2
2008	88	МЯСО ОТВАРНОЕ, ТУШЕННОЕ С КАРТОФЕЛЕМ, ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14,6	32,6	20,4	435	10,3
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,2	11,1	54	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	10,6	52	0
Итого			**690**	**21,6**	**38,9**	**69**	**720**	**15,7**
Полдник								
2008	41	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ	150	21,9	14,2	16,7	286	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008	110	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	50	2,1	1,8	9,1	61	0,3
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,9	32	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1	0,2	6,4	31	0
Итого			**395**	**25,1**	**16,2**	**40,1**	**410**	**0,8**
Всего				**57,5**	**70,4**	**170,5**	**1555**	**18,3**

Утверждаю

Заведующий

 ___ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

3 ноября 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	39	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,2	8,7	23,5	198	0,8
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	200	1,2	3,9	16,4	105	0
2008	125	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,9	135	1
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	200			8,3	34	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13	57	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		3,8		35	0
Итого			**430**	**10,8**	**15,3**	**61,4**	**425**	**1,8**
Обед								
2012	18	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ	60	1	4,3	8,5	77	1,2
2008	53	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	2,7	1,5	10,8	72	4,2
2008	53/2	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	2,5	0,2	10,5	55	4,2
2008	88	МЯСО ОТВАРНОЕ, ТУШЕННОЕ С КАРТОФЕЛЕМ, ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14,6	32,6	20,4	435	10,3
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,2	11,1	54	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	10,6	52	0
Итого			**690**	**21,6**	**38,9**	**69**	**720**	**15,7**
Полдник								
2008	41	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ	150	21,9	14,2	16,7	286	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008	110	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	50	2,1	1,8	9,1	61	0,3
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,9	32	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1	0,2	6,4	31	0
Итого			**395**	**25,1**	**16,2**	**40,1**	**410**	**0,8**
Всего				**57,5**	**70,4**	**170,5**	**1555**	**18,3**