Утверждаю

Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

18 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	25	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,7	6,7	18,3	153	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
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	0,5	1,8	2,7	29	1,4
2008	54	ЩИ С КУРОЙ	150	5,5	4,5	5,6	87	8,7
2008	54/1	ЩИ С КУРОЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	150	5,2	3,5	5,4	75	8,7
2008	99	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С МОРКОВЬЮ	60	7,1	4,8	4,6	97	0,7
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	60	7,2	5,6	5,1	100	0
2008	71	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,2	16,8	117	7,9
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,5	3,7	20,7	127	10,5
2013	140	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ	150	0,3		10,1	42	0,1
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	15	1,6	0,2	9,7	48	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1,1	0,2	6,5	32	0
Итого			**550**	**19**	**15,7**	**56**	**452**	**18,8**
Полдник								
2008	47	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ	100	8,1	9,9	2,8	134	0,3
2013	50	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ (аллергики)	52	6,4	5,8	0,4	80	0
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,3	25	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1,1	0,2	6,7	33	0
Итого			**265**	**9,3**	**10,1**	**15,8**	**192**	**0,3**
Всего				**37,4**	**39,7**	**114**	**971**	**20,1**

Утверждаю

Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

18 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	25	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,1	9	23,2	198	0,8
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	200	1,2	4,3	16,2	108	0
2008		КАКАО-НАПИТОК "ВИТОШКА"	200	3	3,1	15,2	101	0,5
2013	140	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ (аллергики)	180	0,4		12,2	51	0,1
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	12,5	55	0
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,2		38	0
Итого			**430**	**10,7**	**16,6**	**50,9**	**392**	**1,3**
Обед								
2001	4	ВИНЕГРЕТ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3,7	5,2	58	2,7
2008	54	ЩИ С КУРОЙ	200	7,2	6,1	7,6	117	11,4
2008	54/1	ЩИ С КУРОЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	7	4,9	7,2	101	11,4
2008	99	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С МОРКОВЬЮ	80	9,8	6,5	6,3	130	1
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	80	9,8	7,7	7,3	138	0
2008	71	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,3	4,8	19,5	135	9,1
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,9	4,2	23,9	146	12,1
2013	140	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ	180	0,4		12,2	51	0,1
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	2,6	0,3	16,2	80	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	10,9	53	0
Итого			**720**	**25,9**	**21,7**	**77,9**	**624**	**24,3**
Полдник								
2008	47	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ	120	9,4	12	3,4	161	0,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2013	50	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ (аллергики)	52	6,4	5,8	0,4	80	0
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,6	31	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1,1	0,2	6,7	33	0
Итого			**315**	**10,6**	**12,2**	**17,7**	**225**	**0,4**
Всего				**47,2**	**50,5**	**146,5**	**1241**	**26**

Утверждаю

Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

18 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	25	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,1	9	23,2	198	0,8
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	200	1,2	4,3	16,2	108	0
2008		КАКАО-НАПИТОК "ВИТОШКА"	200	3	3,1	15,2	101	0,5
2013	140	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ (аллергики)	180	0,4		12,2	51	0,1
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	12,5	55	0
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,2		38	0
Итого			**430**	**10,7**	**16,6**	**50,9**	**392**	**1,3**
Обед								
2001	4	ВИНЕГРЕТ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3,7	5,2	58	2,7
2008	54	ЩИ С КУРОЙ	200	7,2	6,1	7,6	117	11,4
2008	54/1	ЩИ С КУРОЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	7	4,9	7,2	101	11,4
2008	99	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С МОРКОВЬЮ	80	9,8	6,5	6,3	130	1
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	80	9,8	7,7	7,3	138	0
2008	71	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,3	4,8	19,5	135	9,1
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,9	4,2	23,9	146	12,1
2013	140	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ИЗЮМОМ	180	0,4		12,2	51	0,1
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	2,6	0,3	16,2	80	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	10,9	53	0
Итого			**720**	**25,9**	**21,7**	**77,9**	**624**	**24,3**
Полдник								
2008	47	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ	120	9,4	12	3,4	161	0,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2013	50	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ (аллергики)	52	6,4	5,8	0,4	80	0
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,6	31	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1,1	0,2	6,7	33	0
Итого			**315**	**10,6**	**12,2**	**17,7**	**225**	**0,4**
Всего				**47,2**	**50,5**	**146,5**	**1241**	**26**