Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

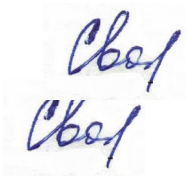
19 октября 2026 г.

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	26/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,5	3,7	14,2	100	0
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		7,6	31	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13,3	58	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,1		37	0
Итого			**350**	**4,3**	**8,1**	**35,1**	**226**	**0**
Обед								
2013	24	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	15	0,5		1	6	1,6
2008	65/1	СУП РЫБНЫЙ	150	3,3	1,7	8,3	62	3
2008	87	КАПУСТА,ТУШЕННАЯ С МЯСОМ	150	9,1	19,7	9,5	254	21,3
2012	132	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,4		10,2	43	0,1
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	15	1,1	0,1	6,4	32	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1,1	0,2	6,7	33	0
Итого			**495**	**15,5**	**21,7**	**42,1**	**430**	**26**
Полдник								
2013	117	ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЕМ	60	5,2	5,4	29,6	187	3,1
2008	123	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	150	2,3	2,4	10,1	73	0,4
Итого			**210**	**7,5**	**7,8**	**39,7**	**260**	**3,5**
Всего				**27,3**	**37,6**	**116,9**	**916**	**29,5**

Утверждаю

Заведующий



МЕНЮ

19 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	26/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	3,4	5	19,1	135	0
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,8	32	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	12,6	55	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,2		38	0
Итого			**410**	**5,1**	**9,5**	**39,5**	**260**	**0**
Обед								
2013	24	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	30	1	0,1	2,1	13	3,2
2008	65/1	СУП РЫБНЫЙ	200	4,6	2,3	11,1	83	3,9
2008	87	КАПУСТА,ТУШЕННАЯ С МЯСОМ	200	12,1	26,2	12,6	339	28,5
2012	132	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,5		12,3	51	0,2
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,2	10,7	53	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	11,2	55	0
Итого			**660**	**21,6**	**29,1**	**60**	**594**	**35,8**
Полдник								
2013	117	ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЕМ	100	8,5	8,9	49,5	311	5,2
		ПРЯНИКИ (аллергики)	60	3,5	2,8	45	220	0
2008	123	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	200	3,1	3,3	13,6	97	0,6
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		7,8	32	0
Итого			**300**	**11,6**	**12,2**	**63,1**	**408**	**5,8**
Всего				**38,3**	**50,8**	**162,6**	**1262**	**41,6**

Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

19 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	26/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	3,4	5	19,1	135	0
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,8	32	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	12,6	55	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,2		38	0
Итого			**410**	**5,1**	**9,5**	**39,5**	**260**	**0**
Обед								
2013	24	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	30	1	0,1	2,1	13	3,2
2008	65/1	СУП РЫБНЫЙ	200	4,6	2,3	11,1	83	3,9
2008	87	КАПУСТА,ТУШЕННАЯ С МЯСОМ	200	12,1	26,2	12,6	339	28,5
2012	132	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,5		12,3	51	0,2
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,2	10,7	53	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	11,2	55	0
Итого			**660**	**21,6**	**29,1**	**60**	**594**	**35,8**
Полдник								
2013	117	ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЕМ	100	8,5	8,9	49,5	311	5,2
		ПРЯНИКИ (аллергики)	60	3,5	2,8	45	220	0
2008	123	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	200	3,1	3,3	13,6	97	0,6
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		7,8	32	0
Итого			**300**	**11,6**	**12,2**	**63,1**	**408**	**5,8**
Всего				**38,3**	**50,8**	**162,6**	**1262**	**41,6**