Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

27 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
2008	125	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,7	2,8	10,6	79	0,4
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13,3	58	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,1		37	0
Итого			**350**	**9,3**	**14,6**	**40,9**	**330**	**1**
Обед								
2001	9	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	30	0,4	2,1	2,7	32	1,4
2008	51	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150	1,3	0,8	6,5	39	6,3
2008	104	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	130	15,3	7,3	12,9	178	5,6
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	60	7,8	6,2	4,5	104	0
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,5	3,7	20,4	125	10,3
2012	132	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,4		9,8	41	0,1
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	15	1,3	0,2	7,7	38	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1,1	0,2	6,4	32	0
Итого			**490**	**19,8**	**10,6**	**46**	**360**	**13,4**
Полдник								
2013	43	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ	130	21	15,4	15,3	287	0,5
2008	123	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	150	2,2	2,3	9,8	70	0,4
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1,1	0,2	6,4	32	0
Итого			**295**	**24,3**	**17,9**	**31,5**	**389**	**0,9**
Всего				**53,4**	**43,1**	**118,4**	**1079**	**15,3**

Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

27 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	6,6	10	22,4	207	0,8
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	200	1,4	4,3	18,1	116	0
2008	125	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,9	135	1
	133	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (аллергики)	180	0,5		12	50	0,2
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13	57	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,2		38	0
Итого			**430**	**11,2**	**17**	**60,3**	**437**	**1,8**
Обед								
2001	9	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	4,3	5,5	64	2,8
2008	51	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	1,6	1	8,5	52	8,3
2008	51/3	БОРЩ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	1,4	0,1	8,3	41	8,3
2008	104	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	150	17,6	8,6	14,6	206	6,4
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	80	10,2	8,2	5,5	137	0
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,9	4,2	23,4	143	11,8
2012	132	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,5		11,8	50	0,2
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	2	0,3	12,7	63	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	10,8	53	0
Итого			**640**	**24,1**	**14,5**	**63,9**	**488**	**17,7**
Полдник								
2013	43	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ	130	21	15,4	15,3	287	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008	123	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	200	2,9	3,1	13,1	93	0,5
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		7,5	30	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1,1	0,2	6,4	32	0
Итого			**345**	**25**	**18,7**	**34,8**	**412**	**1**
Всего				**60,3**	**50,2**	**159**	**1337**	**20,5**

Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

27 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	6,6	10	22,4	207	0,8
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	200	1,4	4,3	18,1	116	0
2008	125	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,9	135	1
	133	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (аллергики)	180	0,5		12	50	0,2
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13	57	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,2		38	0
Итого			**430**	**11,2**	**17**	**60,3**	**437**	**1,8**
Обед								
2001	9	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	4,3	5,5	64	2,8
2008	51	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	1,6	1	8,5	52	8,3
2008	51/3	БОРЩ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	1,4	0,1	8,3	41	8,3
2008	104	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	150	17,6	8,6	14,6	206	6,4
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	80	10,2	8,2	5,5	137	0
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,9	4,2	23,4	143	11,8
2012	132	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,5		11,8	50	0,2
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	2	0,3	12,7	63	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	10,8	53	0
Итого			**640**	**24,1**	**14,5**	**63,9**	**488**	**17,7**
Полдник								
2013	43	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ	130	21	15,4	15,3	287	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008	123	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	200	2,9	3,1	13,1	93	0,5
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		7,5	30	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1,1	0,2	6,4	32	0
Итого			**345**	**25**	**18,7**	**34,8**	**412**	**1**
Всего				**60,3**	**50,2**	**159**	**1337**	**20,5**