Утверждаю

Заведующий

___ Свал ___ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

20 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								
2001	28	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,8	6,9	18,3	156	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	131	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЧЕРНОСЛИВА (аллергики)	170	0,4		11,7	49	0,1
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13,3	58	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,1		37	0
Итого			**350**	**9,2**	**14,1**	**42,2**	**330**	**1**
Обед								
2001	20	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	30	0,4	2,2	2,4	32	1,2
2008	62/1	СУП ОВСЯНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,6	1,3	9,9	60	3,4
2008	62/2	СУП ОВСЯНЫЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	150	1,5	2,3	10,1	68	3,5
2013	93	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	16,4	15,6	25,3	309	2
2013	131	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЧЕРНОСЛИВА	150	0,3		9	38	0,1
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	15	1,2	0,1	7	34	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1	0,2	6,3	31	0
Итого			**510**	**20,9**	**19,4**	**59,9**	**504**	**6,7**
Полдник								
2008	114	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	80	3,7	3,2	21,4	130	4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008		ЙОГУРТ	150	4,4	4	7,2	90	1,1
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		6	24	0
Итого			**230**	**8,1**	**7,2**	**28,6**	**220**	**5,1**
Всего				**38,2**	**40,7**	**130,7**	**1054**	**12,8**

Утверждаю

Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

20 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								
2001	28	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,7	9,6	24,2	211	0,8
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	200	1,4	4,4	17,4	115	0
2008	125	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,9	135	1
2008	131	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЧЕРНОСЛИВА (аллергики)	180	0,3		11,2	47	0,1
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,8	0,3	13,5	59	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,3		39	0
Итого			**430**	**11,4**	**16,7**	**62,6**	**444**	**1,8**
Обед								
2001	20	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	4,6	4,9	64	2,3
2008	62/1	СУП ОВСЯНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	2,2	1,8	13,3	81	4,6
2008	62/2	СУП ОВСЯНЫЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	2	2,5	13	82	4,4
2013	93	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,8	20,9	33,8	412	2,8
2013	131	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЧЕРНОСЛИВА	180	0,3		11,2	47	0,1
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	1,8	0,2	11,5	57	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	10,5	52	0
Итого			**690**	**28,6**	**27,8**	**85,2**	**713**	**9,8**
Полдник								
2008	114	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	100	8,7	11	35,3	274	5,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008		ЙОГУРТ	200	5,9	5,3	9,6	120	1,5
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		7	28	0
Итого			**300**	**14,6**	**16,3**	**44,9**	**394**	**6,9**
Всего				**54,6**	**60,8**	**192,7**	**1551**	**18,5**

Утверждаю

Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

20 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								
2001	28	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,7	9,6	24,2	211	0,8
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	200	1,4	4,4	17,4	115	0
2008	125	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,9	135	1
2008	131	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЧЕРНОСЛИВА (аллергики)	180	0,3		11,2	47	0,1
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,8	0,3	13,5	59	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,3		39	0
Итого			**430**	**11,4**	**16,7**	**62,6**	**444**	**1,8**
Обед								
2001	20	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	4,6	4,9	64	2,3
2008	62/1	СУП ОВСЯНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	2,2	1,8	13,3	81	4,6
2008	62/2	СУП ОВСЯНЫЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	2	2,5	13	82	4,4
2013	93	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,8	20,9	33,8	412	2,8
2013	131	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЧЕРНОСЛИВА	180	0,3		11,2	47	0,1
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	1,8	0,2	11,5	57	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	10,5	52	0
Итого			**690**	**28,6**	**27,8**	**85,2**	**713**	**9,8**
Полдник								
2008	114	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	100	8,7	11	35,3	274	5,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008		ЙОГУРТ	200	5,9	5,3	9,6	120	1,5
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		7	28	0
Итого			**300**	**14,6**	**16,3**	**44,9**	**394**	**6,9**
Всего				**54,6**	**60,8**	**192,7**	**1551**	**18,5**