Утверждаю

Заведующий

 ____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

11 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
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**	**9,2**	**14,1**	**42,2**	**330**	**1**
Обед								
2013	24	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	15	0,5		1	6	1,5
2008	53	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	150	2	1,2	7,8	52	3,1
2008	101	КНЕЛИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	8,4	1,2	3	57	0,2
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	60	11,2	9,1	4,2	144	0
2008	71	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,1	16,7	116	7,8
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6,1	24	0
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	15	1,2	0,2	7,5	37	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1	0,2	6,1	30	0
Итого			**535**	**16**	**6,9**	**48,2**	**322**	**12,6**
Полдник								
2013	34	МАННИК	80	6	7,4	43,4	264	0,2
2008	138	ОТВАР ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	9,6	46	34,9
Итого			**230**	**6,3**	**7,5**	**53**	**310**	**35,1**
Всего				**31,5**	**28,5**	**143,4**	**962**	**48,7**

Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

11 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	6,5	9,4	24,7	209	0,8
2001	26/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	3,7	5	20,3	140	0
2008	125	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,9	135	1
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		7,7	31	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	12,7	56	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,1		37	0
Итого			**430**	**11**	**16,3**	**62,3**	**437**	**1,8**
Обед								
2013	24	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	30	0,9	0,1	1,9	12	3
2008	53	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	2,7	1,5	10,5	70	4,1
2008	53/2	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	2,5	0,2	10,5	54	4,2
2008	101	КНЕЛИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	11,4	1,8	3,9	77	0,2
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	80	15,1	12,2	5,5	193	0
2013	146	РЫБА МИНТАЙ ОТВАРНАЯ (аллергики)	80	11,7	0,7	0,7	57	0,6
2008	71	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,3	4,7	19,4	134	9
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,9	4,2	23,8	145	12
		НАПИТОК "ВИТОШКА"	200			19,7	79	20,3
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	2	0,3	12,4	61	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	10,3	50	0
Итого			**710**	**21,9**	**8,7**	**78,1**	**483**	**36,6**
Полдник								
2013	34	МАННИК	100	6	7,4	43,4	264	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008	138	ОТВАР ШИПОВНИКА	200	0,4	0,2	12,8	62	46,7
Итого			**300**	**6,4**	**7,6**	**56,2**	**326**	**46,9**
Всего				**39,3**	**32,6**	**196,6**	**1246**	**85,3**

Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

11 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	6,5	9,4	24,7	209	0,8
2001	26/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	3,7	5	20,3	140	0
2008	125	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,9	135	1
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		7,7	31	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	12,7	56	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,1		37	0
Итого			**430**	**11**	**16,3**	**62,3**	**437**	**1,8**
Обед								
2013	24	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	30	0,9	0,1	1,9	12	3
2008	53	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	2,7	1,5	10,5	70	4,1
2008	53/2	СУП СВЕКОЛЬНЫЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	2,5	0,2	10,5	54	4,2
2008	101	КНЕЛИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	11,4	1,8	3,9	77	0,2
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	80	15,1	12,2	5,5	193	0
2013	146	РЫБА МИНТАЙ ОТВАРНАЯ (аллергики)	80	11,7	0,7	0,7	57	0,6
2008	71	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,3	4,7	19,4	134	9
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,9	4,2	23,8	145	12
		НАПИТОК "ВИТОШКА"	200			19,7	79	20,3
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	2	0,3	12,4	61	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	10,3	50	0
Итого			**710**	**21,9**	**8,7**	**78,1**	**483**	**36,6**
Полдник								
2013	34	МАННИК	100	6	7,4	43,4	264	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008	138	ОТВАР ШИПОВНИКА	200	0,4	0,2	12,8	62	46,7
Итого			**300**	**6,4**	**7,6**	**56,2**	**326**	**46,9**
Всего				**39,3**	**32,6**	**196,6**	**1246**	**85,3**