Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

29 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								
2013	39	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,7	6,7	17,5	150	0,6
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	150	1,1	3,2	13,7	88	0
2008	127	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,6	2,6	11,4	80	0,4
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	170			7,3	29	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,7	0,3	13,3	58	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		4,1		37	0
Итого			**350**	**9**	**13,7**	**42,2**	**325**	**1**
Обед								
2001	11	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И СВЕЖЕЙ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	30	0,5	2	1,4	26	10,8
2008	62	СУП ОВСЯНЫЙ	150	12,3	10,3	10,3	185	4,1
2008	62/2	СУП ОВСЯНЫЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	150	12,2	11,5	10,5	194	4,1
2008	86	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	130	10,8	5,7	12,6	155	12,1
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	80	10,1	8,2	5,1	135	0
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	3,1	4,6	25,2	156	12,8
2008	112	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,2	1,4	0,5	20	0
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			5,9	24	0
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	15	1,1	0,1	6,7	33	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1	0,2	6,3	31	0
		СОЛЬ ДЛЯ ОБРАБОТКИ ОВОЩЕЙ	10					0
Итого			**530**	**25,9**	**19,7**	**43,7**	**474**	**27**
Полдник								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	100	13,6	11	11,2	201	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,3	25	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1	0,2	6,3	31	0
Итого			**265**	**14,7**	**11,2**	**23,8**	**257**	**0,2**
Всего				**49,6**	**44,6**	**109,7**	**1056**	**28,2**

Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

29 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								
2013	39	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6	8,6	22,4	193	0,8
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	200	1,4	4,2	18,3	116	0
2008	127	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	3	13,1	92	0,5
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	180			7,3	29	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	12,1	53	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		3,9		35	0
Итого			**430**	**10,6**	**15,8**	**47,6**	**373**	**1,3**
Обед								
2001	11	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И СВЕЖЕЙ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	3,9	2,9	52	21,8
2008	62	СУП ОВСЯНЫЙ	200	9	7,4	13,6	161	5
2008	62/2	СУП ОВСЯНЫЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	8,9	8,4	13,3	165	5
2008	86	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	150	12,5	6,4	14,5	178	14
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	60	7,7	6,2	3,7	101	0
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	3,1	4,6	25,1	155	12,7
2008	112	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,4	2,2	0,8	33	0
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,2	29	0
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	1,8	0,2	11,3	55	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	10,5	52	0
		СОЛЬ ДЛЯ ОБРАБОТКИ ОВОЩЕЙ	10					0
Итого			**700**	**26,3**	**20,4**	**60,8**	**560**	**40,8**
Полдник								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	130	17,7	14,2	14,7	262	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,5	31	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1	0,2	6,3	31	0
Итого			**325**	**18,8**	**14,4**	**28,5**	**324**	**0,2**
Всего				**55,7**	**50,6**	**136,9**	**1257**	**42,3**

Утверждаю



Заведующий

_____ /Н.В Свалова/

МЕНЮ

29 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								
2013	39	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6	8,6	22,4	193	0,8
2001	29/2	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	200	1,4	4,2	18,3	116	0
2008	127	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	3	13,1	92	0,5
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	180			7,3	29	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	12,1	53	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		3,9		35	0
Итого			**430**	**10,6**	**15,8**	**47,6**	**373**	**1,3**
Обед								
2001	11	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И СВЕЖЕЙ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	3,9	2,9	52	21,8
2008	62	СУП ОВСЯНЫЙ	200	9	7,4	13,6	161	5
2008	62/2	СУП ОВСЯНЫЙ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергики)	200	8,9	8,4	13,3	165	5
2008	86	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	150	12,5	6,4	14,5	178	14
2008	77/1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ПАРОВАЯ (аллергики)	60	7,7	6,2	3,7	101	0
2008	72	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	3,1	4,6	25,1	155	12,7
2008	112	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,4	2,2	0,8	33	0
2008	130	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,2	29	0
		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ НАРЕЗКА	25	1,8	0,2	11,3	55	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	25	1,6	0,3	10,5	52	0
		СОЛЬ ДЛЯ ОБРАБОТКИ ОВОЩЕЙ	10					0
Итого			**700**	**26,3**	**20,4**	**60,8**	**560**	**40,8**
Полдник								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	130	17,7	14,2	14,7	262	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	34	2,6	3,3	25,3	142	0
2008	122	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,5	31	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦА НАРЕЗКА	15	1	0,2	6,3	31	0
Итого			**325**	**18,8**	**14,4**	**28,5**	**324**	**0,2**
Всего				**55,7**	**50,6**	**136,9**	**1257**	**42,3**