

# МЕНЮ

6 апреля 2026 г.  
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b> (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,24	4,10	7,00	77,90	0,00
2008	189	<b>КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ</b> (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,80	5,10	28,30	178,30	0,00
	ТК№0 01	<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b> (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	170/5/3	0,10	0,00	5,10	20,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>358</b>	<b>8,14</b>	<b>9,20</b>	<b>40,40</b>	<b>277,00</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№0 09	<b>ЯБЛОКО</b> (яблоки)	95	1,30	1,30	7,00	44,90	0,00
	ТК№0 03	<b>ВАФЛИ</b> (вафли с фруктово-ягодной начинками)	10	0,76	1,00	3,00	24,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>105</b>	<b>2,06</b>	<b>2,30</b>	<b>10,00</b>	<b>68,90</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№0 18	<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b> (огурцы грунтовые)	40	0,30	0,00	1,00	5,20	0,00
2012	85	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ</b> (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), говядина б/к, петрушка (зелень))	150/10/10	4,28	5,01	7,89	93,74	2,76
2012	268	<b>СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ</b> (рыба минтай филе, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	60	9,29	8,53	2,26	123,00	0,17
2012	322	<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ</b> (картофель, морковь, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	2,32	3,92	21,60	131,00	0,00
2008	436	<b>НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ</b> (апельсин, вода питьевая, сахар песок)	180	1,98	2,43	18,63	104,30	0,00
	ТК№0 05	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,36	0,16	8,50	40,90	0,00
	ТК№0 06	<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,50	0,60	10,30	52,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>21,03</b>	<b>20,65</b>	<b>70,18</b>	<b>550,74</b>	<b>2,93</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	<b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b> (куриная грудка филе, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная)	180	5,75	8,45	15,00	159,05	0,00
	ТК№0 07	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,00	0,00	6,00	24,00	0,00
	ТК№0 05	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,36	0,16	8,50	40,90	0,00
	ТК№0 03	<b>ВАФЛИ</b> (вафли с фруктово-ягодной начинками)	20	1,52	2,00	6,00	48,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,63</b>	<b>10,61</b>	<b>35,50</b>	<b>271,95</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>39,86</b>	<b>42,76</b>	<b>156,08</b>	<b>1 168,59</b>	<b>2,93</b>