



# МЕНЮ

12 ноября 2025 г.

Ясли с 1 до 3-х лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                      | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                         |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2007                          |                     | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ                                              | 150/2 | 3,9               | 4,6     | 14,9             | 118                                      | 0,4                   |
| 2016                          | 3                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                      | 30/5  | 2,4               | 4,4     | 14,7             | 109                                      | 0                     |
| 2016                          | 414                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                                        | 160   | 0,2               |         | 8,1              | 33                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                         | 347   | 6,5               | 9       | 37,7             | 260                                      | 0,4                   |
| Обед                          |                     |                                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2002                          | 5                   | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ                                                   | 150/7 | 2,7               | 3,5     | 6,9              | 73                                       | 5,1                   |
| 2008                          | 241                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ<br>ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ                                          | 50    | 8,9               | 3,1     | 4,3              | 81                                       | 0,3                   |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                       | 100   | 2,3               | 4,8     | 16,5             | 119                                      | 8,1                   |
| 2016                          | 394                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                             | 150   |                   |         | 5,8              | 23                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ                                                          | 30    | 2                 | 0,3     | 12,7             | 61                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                         | 487   | 15,9              | 11,7    | 46,2             | 357                                      | 13,5                  |
| Полдник                       |                     |                                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                                       | 125   | 12                | 19,9    | 2,3              | 236                                      | 0                     |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                           | 170   | 0,2               | 0,1     | 13,3             | 53                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ -<br>МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ | 20    | 1,7               | 0,2     | 19,7             | 87                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                         | 315   | 13,9              | 20,2    | 35,3             | 376                                      | 0                     |
| Всего                         |                     |                                                                         |       | 36,3              | 40,9    | 119,2            | 993                                      | 13,9                  |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Волкова А.И.,





# МЕНЮ

12 ноября 2025 г.

Сад с 3-х до 7 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                      | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                         |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2007                          |                     | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ                                              | 200/5 | 5,2               | 6       | 19,6             | 155                                      | 0,5                   |
| 2016                          | 3                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                      | 30/6  | 2,5               | 5,3     | 15,5             | 120                                      | 0                     |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                                        | 200   | 0,3               |         | 7,4              | 31                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                         | 441   | 8                 | 11,3    | 42,5             | 306                                      | 0,5                   |
| Обед                          |                     |                                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2002                          | 5                   | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ                                                   | 200   | 3,6               | 7       | 10,9             | 124                                      | 7,8                   |
| 2008                          | 241                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ<br>ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ                                          | 60    | 10,9              | 4,4     | 7                | 110                                      | 0,3                   |
| 2008,                         | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                       | 130   | 3,1               | 4,5     | 21,6             | 139                                      | 10,5                  |
| 2016                          | 394                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                             | 200   |                   |         | 7,8              | 31                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ                                                          | 41    | 2,7               | 0,4     | 17,3             | 84                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                         | 631   | 20,3              | 16,3    | 64,6             | 488                                      | 18,6                  |
| Полдник                       |                     |                                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                                       | 135   | 13                | 21,5    | 2,5              | 256                                      | 0                     |
| 2016                          | 411                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                           | 200   |                   |         | 7,9              | 31                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ -<br>МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ | 20    | 1,7               | 0,2     | 19,7             | 87                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                         | 355   | 14,7              | 21,7    | 30,1             | 374                                      | 0                     |
| Всего                         |                     |                                                                         |       | 43                | 49,3    | 137,2            | 1168                                     | 19,1                  |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Волкова А.И.,