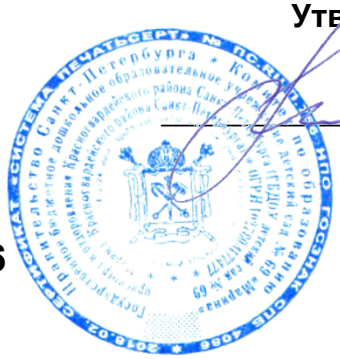
Утверждаю

_____Воробьева Ю.Е.



МЕНЮ

23 ноября 2026

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3,4	6,9	10,0	69,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,6	10	2,3	3	0	36,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	3,4	4,7	13,7	142,0
ПШЕНО	30,3	30	3,4	0,8	20,5	102,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,1	1,8	3,5	39,8
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		18	2,8	2,4	12,7	84,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,2	0	1,3	5,9
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			9,6	**14,0**	**36,4**	**295,0**
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		15	0,8	0,2	14,8	65,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	150	0,5	0	24,8	102,0
			0,8	**0,2**	**14,8**	**65,0**
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ ПАРНИКОВЫЕ	40,82	40	0,3	0	1	5,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		150/10	2,7	3,4	15,0	125,1
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12,06	12	2,7	0,2	5,6	34,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,3	16,3	1,2	0,5	8,1	41,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		60	6,4	12,1	5,9	121,0
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	50,79	45	7	0,4	0	31,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,3	4,5	22,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/7 шт.	5,756	0,7	0,7	0	8,7

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		12	1,7	0,1	7,8	69,4
МОРКОВЬ	33	26,4	0,3	0	1,7	8,9
КАРТОФЕЛЬ	33,07	24,8	0,5	0,1	3,9	18,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	18,46	12	0,4	0	0,8	4,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33	26,4	0,5	0	1,2	7,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,3	0	1,6	7,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,32	0,32	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		15	0,1	0,1	18,9	87,8
ЯБЛОКИ	25,57	22,5	0,1	0,1	2,1	10,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6	6	0	0	4,6	18,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,8	147,8	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
			13,3	**16,3**	**62,7**	**479,2**
Полдник						
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	8,9	6,7	9,0	205,1
ГОВЯДИНА Б/К ЗАМОРОЖЕННОЕ	59,83	50,5	9,1	7,9	0	106,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,7	10,7	0,8	0,3	5,3	27,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,8	0	3,6	17,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		12	2,3	3,9	15,6	107,4
КАРТОФЕЛЬ	110,4	82,8	1,6	0,3	13,1	61,9
МОРКОВЬ	31,25	25	0,3	0	1,6	8,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,1	15,1	0,4	0,4	0,7	8,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,2	4,2	0	3,4	0	30,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		15	1,1	0,5	7,7	39,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,1	0,4	7,7	39,3
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5			7,0	28,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			13,3	**11,2**	**45,7**	**410,8**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**37,0**	**41,7**	**159,6**	**1 250,0**

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		40	4,5	9,2	13,3	92,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,46	15	3,5	4,4	0	54,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	7,2	8,3	35,0	226,4
ПШЕНО	39,19	38,8	4,4	1,1	26,5	132,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98	2,7	2,4	4,6	51,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9	0	0	3,8	15,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,8	2,4	12,7	84,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4	0,2	0	1,3	5,9
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			14,5	**19,9**	**61,0**	**402,4**
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	1,0	0,2	17,8	78,0
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	180	0,5	0	29,7	122,4
			1,0	**0,2**	**17,8**	**78,0**
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,4		1,3	7,0
ОГУРЦЫ ПАРНИКОВЫЕ	51,02	50	0,4	0,1	1,3	7,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		200/10	3,6	4,5	20,0	147,0
КАРТОФЕЛЬ	44	33	0,7	0,1	5,2	24,6
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	13,17	13,1	2,9	0,2	6,1	38,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,98	6,7	0,1	0	0,5	2,6
МОРКОВЬ	10,25	8,2	0,1	0	0,6	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,3	3,3	0	3,2	0	28,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,3	115,3	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,3	16,3	1,2	0,5	8,1	41,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		80	8,5	16,1	7,9	161,3
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	67,7	60	9,2	0,5	0	41,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12	12	0,9	0,3	6	30,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		13	1,8	0,1	8,5	75,2
МОРКОВЬ	35,75	28,6	0,4	0	1,9	9,7
КАРТОФЕЛЬ	35,87	26,9	0,5	0,1	4,3	20,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	19,9	13	0,4	0	0,8	5,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	35,7	28,6	0,5	0	1,3	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22	22	0,6	0,6	1,1	11,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,6	2,6	0	2	0	18,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,3	0	1,7	8,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22	22	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4	0	0	0,4	1,6
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		18	0,1	0,1	22,7	105,4
ЯБЛОКИ	30,7	27	0,1	0,1	2,5	12,3
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,2	7,2	0	0	5,4	21,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,4	177,4	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,6	0,2	10,6	51,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		25	1,9	0,8	12,9	66,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			17,9	**21,8**	**83,9**	**613,5**
Полдник						
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		70	12,5	12,6	10,2	239,3
ГОВЯДИНА Б/К ЗАМОРОЖЕННОЕ	69,91	59	10,7	9,1	0	124,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,4	12,4	0,9	0,4	6,2	31,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		15	2,9	2,5	19,6	134,3
КАРТОФЕЛЬ	141,2	105,9	2	0,4	16,8	79,1
МОРКОВЬ	36	28,8	0,4	0	1,9	9,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2	0,5	0,5	0,9	9,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,9	2,9	0	2,3	0	21,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,0	0,1	6,4	31,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1	0,1	6,4	30,6
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		18	5,5	2,0	3,5	153,9
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	20,3	20,3	0	0	18,5	74,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	3,8	7,1	24,8	103,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,56	35,56	3,7	0,5	24,2	115,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,48	1,48	0,2	0	1	4,8
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0	0	3,6	14,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,11	1,11	0	0,9	0	8,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,48	1,48	0	1,5	0	12,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,208	0,2	0,1	0	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,56	0,56	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,56	0,56	0,1	0	0	0,4

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
ЙОГУРТ В ИНД УПАКОВКЕ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	1 шт.	125	3,5	3,1	5,6	70,6
			29,2	**27,4**	**70,1**	**732,1**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**62,6**	**69,3**	**232,8**	**1 826,0**