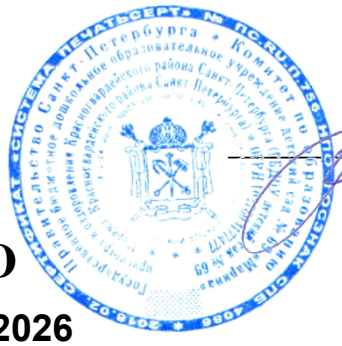


Утверждаю

_____Воробьева Ю.Е.

МЕНЮ

19 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 МАСЛОМ		30	3,2	4,1	7,0	62,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		155	4,2	5,6	18,7	142,1
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,3	0,2	15,7	73,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76	2,1	1,8	3,5	39,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,8	3,2	15,6	107,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,6	0,4	0,2	6,7
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0
			11,2	**12,9**	**41,3**	**311,1**
II Завтрак						
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		120	1,0	0,2	9,0	45,6
МАНДАРИН	162,16	120	1	0,2	9	45,6
			1,0	**0,2**	**9,0**	**45,6**
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		40	0,6	6,1	4,8	76,8
КАРТОФЕЛЬ	39,47	29,6	0,6	0,1	4,7	22,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0	0	0	0	0	0,0
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,5	6	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0	6	0	53,9
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4,2	6,2	7,7	105,7
СВЕКЛА	30	24	0,4	0	2	9,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,2	0	0,6	3,3
КАРТОФЕЛЬ	16	12	0,2	0	1,9	8,9
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,1	0	0,3	1,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К ЗАМОРОЖЕННОЕ	18,96	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		60	7,6	4,0	15,1	114,0
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	46,05	40,8	6,3	0,4	0	28,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,4	6,4	0,5	0,2	3,2	16,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,6	9,6	0,3	0,2	0,5	5,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,025	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1	0,3	0,2	0,4	4,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,6	1,6	0	1,3	0	11,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,9	1,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	2,0	1,6	7,8	53,5
МОРКОВЬ	66,75	53,4	0,7	0,1	3,6	18,1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	14,77	9,6	0,3	0	0,6	3,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	35,25	28,2	0,5	0	1,3	7,7
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,3	0	2,1	10,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,2	29,2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9,98	9,98	0,3	1,5	0,3	20,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
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
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		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
			17,1	**18,6**	**60,7**	**468,9**
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		10	17,7	9,1	16,1	221,0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	93,3	93,3	16,3	8,1	2,7	153,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	6,7	6,7	0,7	0,1	4,6	21,3
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0	0	6,5	25,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,818	0,4	0,3	0	4,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		15	4,4	3,0	7,3	74,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	158,25	158,25	4,5	3,9	7,4	82,9
ПЕЧЕНЬЕ		30	4,2	5,4	22,4	152,0
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
			26,3	**17,5**	**45,8**	**447,2**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**55,6**	**49,2**	**156,8**	**1 272,8**

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 МАСЛОМ		30	3,2	4,1	7,0	62,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		205	6,0	8,0	27,0	203,0
КРУПА МАННАЯ	29,7	29,7	3	0,3	20,4	94,8
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
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,8	3,2	15,6	107,0
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4	0,6	0,4	0,2	6,7
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0
			13,0	**15,3**	**49,6**	**372,0**
II Завтрак						
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		120	1,0	0,2	9,0	45,6
МАНДАРИН	162,16	120	1	0,2	9	45,6
			1,0	**0,2**	**9,0**	**45,6**
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		50	0,8	7,6	6,0	96,0
КАРТОФЕЛЬ	49,33	37	0,7	0,1	5,8	27,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0	0	0	0	0	0,0
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	9,4	7,5	0,1	0	0,2	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	7,5	7,5	0	7,5	0	67,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	5,6	8,3	10,3	141,0
СВЕКЛА	31,25	25	0,4	0	2,1	10,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,63	12,5	0,2	0	0,6	3,4
КАРТОФЕЛЬ	16,67	12,5	0,3	0,1	1,9	9,3
МОРКОВЬ	9,75	7,8	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,38	6,2	0,1	0	0,5	2,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,9
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К ЗАМОРОЖЕННОЕ	18,96	16	2,9	2,5	0	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		80	10,1	5,3	20,1	165,0
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	61,4	54,4	8,3	0,5	0	38,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,5	8,5	0,6	0,2	4,3	21,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8	0,4	0,3	0,6	6,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,233	0,7	0,6	0	8,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,1	12,1	0,4	0,3	0,6	6,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,2	0	1,5	6,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,1	2,1	0	1,6	0	15,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		150	2,5	2,0	9,8	67,0
МОРКОВЬ	83,38	66,7	0,9	0,1	4,5	22,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	18,5	12	0,4	0	0,8	4,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	44,1	35,3	0,6	0	1,6	9,6
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3	0	0	1,3	5,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,84	3,84	0,4	0	2,6	12,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,48	36,48	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,48	12,48	0,3	1,8	0,4	24,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,38	0,38	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6			8,4	34,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
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
			22,5	**24,2**	**78,1**	**620,6**
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		13	23,0	11,8	20,9	283,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	121,3	121,3	21,1	10,6	3,5	198,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
КРУПА МАННАЯ	8,7	8,7	0,9	0,1	5,9	27,7
САХАР ПЕСОК	8,7	8,7	0	0	8,4	33,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,025	0,5	0,5	0	6,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,2	5,2	0,7	0	3,1	15,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,1	0,8	0,2	10,4
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		20	6,0	4,0	9,8	98,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ПЕЧЕНЬЕ		50	7,0	9,0	37,3	253,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,8	4,9	37,2	208,5
			36,0	**24,8**	**68,0**	**635,5**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**72,5**	**64,5**	**204,7**	**1 673,7**