Утверждаю

_____Воробьева Ю.Е.

МЕНЮ

18 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 ДЖЕМОМ		30	1,4	2,1	15,8	68,0
ДЖЕМ	11	11	0,1	0	8	31,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,5	0	22,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,5	8,2	41,9
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0,9	1,6	1,8	24,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	43,85	28,5	0,9	0,1	1,9	11,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,5
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,32	0,3	0	0	0	0,1
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		12	12,3	16,7	2,3	119,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,3 шт.	92,575	11,4	10,3	0,6	140,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,3	34,3	1	0,9	1,6	17,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5,7	5,7	0	5,5	0	49,7
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
			17,4	**22,8**	**32,6**	**295,3**
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		15	0,6	0,5	15,5	70,5
ГРУША	164,98	150	0,6	0,5	15,5	70,5
			0,6	**0,5**	**15,5**	**70,5**
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,3		1,0	5,6
ОГУРЦЫ ПАРНИКОВЫЕ	40,82	40	0,3	0	1	5,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		150/15	3,4	1,8	9,4	67,4
КАРТОФЕЛЬ	80	60	1,2	0,2	9,5	44,8
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К ЗАМОРОЖЕННОЕ	20,26	17,1	3,1	2,6	0	36,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,79	1,5	0	0	0,1	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,024 шт.	0,966	0,1	0,1	0	1,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0

КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ		50/50	8,5	11,3	9,8	173,0
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМАРОЖЕННАЯ	38,7	37	6,5	6,6	0	85,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,3	4,5	22,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13	13	0,4	0,3	0,6	6,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,75	3,75	0,4	0	2,5	12,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	1,8	0,4	25,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	5,8	4,8	26,8	174,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	52,02	51,5	6,3	1,6	28,5	153,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75,744	75,744	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0,1		6,8	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
ВАРЕНЬЕ	10	10	0	0	7,2	27,9
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
			19,1	**18,0**	**60,2**	**479,0**
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		17	17,2	18,9	10,5	285,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	113,38	90,7	1,6	0,1	4,2	24,6
ГОВЯДИНА Б/К ЗАМОРОЖЕННОЕ	67,18	56,7	10,2	8,8	0	119,9
КРУПА РИСОВАЯ	7,68	7,6	0,5	0,1	5,4	24,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,88	12,5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,7	3,7	0	3	0	26,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,233	0,7	0,6	0	8,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2	0,1	0,8	0,2	10,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,1	15,1	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,77	0,77	0	0	0,1	0,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		15	0,1		14,1	54,0
ЛИМОН	13,14	12	0,1	0	0,4	4,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	161	161	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3,6	6,2	24,0	150,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,09	32,09	3,4	0,4	21,7	104,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,69	1,69	0,2	0	1,2	5,4
САХАР ПЕСОК	5,5	5,5	0	0	5,3	21,2
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6	0	0	1,6	6,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	7,43	7,43	0	5,9	0,1	53,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,805	0,1	0,1	0	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,85	0,85	0,1	0	0	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,25	14,25	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4

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
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	
			25,4	**28,3**	**60,6**	**591,5**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**62,5**	**69,6**	**168,9**	**1 436,3**

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 ДЖЕМОМ		30	1,4	2,1	15,8	68,0
ДЖЕМ	11	11	0,1	0	8	31,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,5	0	22,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,2	0,5	8,2	41,9
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		50	1,5	2,7	3,0	40,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	73,2	47,5	1,5	0,1	3,1	19,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,5	2,5	0	2,5	0	22,5
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,53	0,5	0	0	0	0,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		15	15,4	21,0	2,9	149,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,84 шт.	114,31	14,1	12,7	0,8	174,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42,9	42,9	1,2	1,1	2	22,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	7,1	7,1	0	6,9	0	61,9
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
			21,1	**28,2**	**34,4**	**341,5**
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		15	0,6	0,5	15,5	70,5
ГРУША	164,98	150	0,6	0,5	15,5	70,5
			0,6	**0,5**	**15,5**	**70,5**
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 МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		200/20	4,5	2,4	12,5	92,0
КАРТОФЕЛЬ	106,67	80	1,6	0,3	12,6	59,8
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К ЗАМОРОЖЕННОЕ	27	22,8	4,1	3,5	0	48,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,4	2	0	0	0,2	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,208	0,2	0,1	0	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ		70/70	12,2	17,8	15,7	270,2
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ ЗАМАРОЖЕННАЯ	54,18	51,8	9,1	9,2	0	119,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,6	12,6	0,9	0,4	6,3	32,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2	0,5	0,5	0,9	9,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,56	0,56	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,25	5,25	0,6	0,1	3,6	17,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	17,5	17,5	0,5	2,5	0,6	35,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,42	0,42	0	0	0	0,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	7,2	5,9	33,0	240,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60,6	60	7,4	1,9	33,3	179,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/15	0,1		8,2	33,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,24	0,24	0	0	0,1	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,9	25,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156	0	0	0	0,0
ВАРЕНЬЕ	15	15	0,1	0	10,8	41,9
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
			26,5	**26,7**	**84,8**	**713,1**
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		200	16,0	16,0	14,3	212,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	133,38	106,7	1,8	0,1	4,9	29,0
ГОВЯДИНА Б/К ЗАМОРОЖЕННОЕ	79	66,7	12	10,4	0	141,0
КРУПА РИСОВАЯ	9	8,9	0,6	0,1	6,4	28,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,5	14,7	0,2	0	1,2	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,2	2,2	0	1,7	0	16,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,038	0,8	0,7	0	9,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,2	6,2	0,2	0,9	0,2	12,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,4	18,4	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,908	0,908	0	0	0,2	0,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		180	0,1		16,9	64,8
ЛИМОН	14,4	14,4	0,1	0	0,4	4,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192,6	192,6	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		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
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
			22,3	**19,8**	**55,1**	**438,7**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**70,5**	**75,2**	**189,8**	**1 563,8**