

**МЕНЮ**

7 ноября 2025 г.

**Ясли 12 часов**

| 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                       |                     |                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 25     | 2,78              | 5,66    | 8,20             | 56,58                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 190                 | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА<br>МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" | 150    | 2,60              | 2,50    | 18,50            | 128,00                                   | 0,60                  |
|                               | ТК№02<br>6          | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                    | 180    | 3,20              | 1,80    | 13,60            | 77,00                                    | 1,70                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 355    | 8,58              | 9,96    | 40,30            | 261,58                                   | 2,30                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                     | 145    | 0,73              | 0,15    | 14,65            | 62,35                                    | 2,90                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 145    | 0,73              | 0,15    | 14,65            | 62,35                                    | 2,90                  |
| Обед                          |                     |                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 33                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                  | 40     | 0,58              | 2,21    | 1,15             | 35,04                                    | 0,10                  |
| 2012                          | 83                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ<br>ФРИКАДЕЛЬКАМИ      | 150/15 | 3,40              | 1,80    | 9,40             | 67,40                                    | 5,20                  |
| 2012                          | 276                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                              | 65     | 8,10              | 7,63    | 7,81             | 83,28                                    | 3,99                  |
|                               | ТК№03<br>1          | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                 | 150    | 0,30              | 0,00    | 5,80             | 85,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК№01<br>6          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ              | 27     | 1,63              | 0,20    | 10,63            | 51,63                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 447    | 14,01             | 11,84   | 34,79            | 322,35                                   | 9,29                  |
| Полдник                       |                     |                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№00<br>1          | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                   | 30     | 0,60              | 0,10    | 1,90             | 12,00                                    | 5,00                  |
| 2012                          | 208                 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С<br>ЯЙЦОМ                  | 100    | 3,44              | 5,49    | 18,94            | 157,44                                   | 0,08                  |
|                               | ТК№03<br>0          | ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 150/5  | 0,00              | 0,00    | 7,00             | 28,00                                    | 0,80                  |
|                               | ТК№003              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ              | 16     | 1,00              | 0,12    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 479                 | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                              | 50     | 7,21              | 3,46    | 28,36            | 173,59                                   | 0,06                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 351    | 12,25             | 9,17    | 62,60            | 402,03                                   | 5,94                  |
| Всего                         |                     |                                                  |        | 35,57             | 31,12   | 152,34           | 1 048,31                                 | 20,43                 |