



**МЕНЮ**  
**22 сентября 2026 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                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                       | 30       | 3,24              | 4,10    | 7,00             | 62,00                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 32                  | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ                                 | 10       | 0,30              | 0,02    | 0,64             | 3,92                                     | 0,40                  |
| 2024                          | 61                  | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                        | 130      | 6,96              | 12,00   | 2,08             | 187,00                                   | 0,00                  |
| 2024                          | 2                   | ЧАЙ С САХАРОМ                                            | 150      | 0,09              | 0,00    | 6,96             | 28,18                                    | 0,02                  |
| 2012                          | 368                 | ГРУША                                                    | 95       | 0,38              | 0,29    | 9,79             | 44,65                                    | 4,75                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 415      | 10,97             | 16,41   | 26,47            | 325,75                                   | 5,17                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 62                  | РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ                                   | 180      | 3,10              | 4,50    | 8,10             | 72,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 180      | 3,10              | 4,50    | 8,10             | 72,00                                    | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2011                          | 27                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ<br>СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ           | 40       | 0,46              | 2,56    | 1,57             | 31,93                                    | 31,67                 |
| 2024                          | 28                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 3,21              | 5,26    | 7,91             | 88,39                                    | 0,00                  |
| 2011                          | 274                 | ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ                                          | 60       | 5,01              | 5,71    | 11,48            | 120,49                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ                  | 120      | 3,23              | 2,73    | 15,66            | 98,37                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 3                   | КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ                                        | 150      | 0,09              | 0,06    | 25,42            | 99,96                                    | 0,24                  |
| 2024                          | 17                  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 20       | 1,30              | 0,58    | 10,29            | 52,40                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 10                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 15       | 0,70              | 0,13    | 6,42             | 30,90                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 570      | 14,00             | 17,03   | 78,75            | 522,44                                   | 31,91                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 245                 | РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ                                         | 60       | 5,56              | 4,21    | 0,26             | 90,00                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 322                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С<br>МОРКОВЬЮ                          | 110      | 2,17              | 3,72    | 14,34            | 100,14                                   | 6,69                  |
| 2024                          | 18                  | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                         | 150      | 0,00              | 0,00    | 6,97             | 27,87                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 479                 | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                                      | 40       | 2,70              | 3,40    | 42,00            | 142,49                                   | 0,00                  |
| 2024                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 20       | 1,01              | 0,17    | 8,46             | 40,68                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 380      | 11,44             | 11,50   | 72,03            | 401,18                                   | 6,69                  |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 39,51             | 49,44   | 185,35           | 1 321,37                                 | 43,77                 |

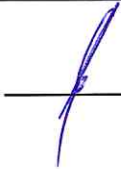
 Лавриненко В.А.



**МЕНЮ**  
**22 сентября 2026 г.**

**Сад 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                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                       | 30        | 1,62              | 8,61    | 10,82            | 127,32                                   | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 43             | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ                                                 | 200       | 8,58              | 3,10    | 23,36            | 151,39                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 393                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                            | 193/7     | 0,20              | 0,01    | 8,22             | 34,91                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 368                 | ГРУША СВЕЖАЯ                                                             | 100       | 0,40              | 0,30    | 10,30            | 47,00                                    | 5,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                          | 530       | 10,80             | 12,02   | 52,70            | 360,62                                   | 5,00                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                          |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | ТК № 49             | РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ                                                   | 200       | 2,80              | 5,00    | 13,14            | 90,07                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                          | 200       | 2,80              | 5,00    | 13,14            | 90,07                                    | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                                          |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2011                          | 23                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ                                                | 50        | 0,55              | 3,08    | 1,74             | 37,91                                    | 12,45                 |
| 2024                          | ТК № 44             | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА | 170/15/15 | 3,13              | 5,84    | 10,87            | 112,16                                   | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 45             | ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ)                                            | 70        | 8,96              | 8,09    | 19,15            | 185,25                                   | 0,00                  |
| 2011                          | 309                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ                                           | 150       | 2,91              | 2,71    | 35,09            | 186,84                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 383                 | КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ                                                        | 200       | 0,09              | 0,06    | 30,66            | 120,92                                   | 0,24                  |
| 2024                          | ТК № 20             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                      | 20        | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 15             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                        | 15        | 1,12              | 0,43    | 7,71             | 39,30                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                          | 705       | 18,08             | 20,39   | 113,70           | 723,17                                   | 12,69                 |
| Полдник                       |                     |                                                                          |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 244                 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С<br>ОВОЩАМИ                                           | 70        | 5,85              | 11,38   | 2,60             | 75,73                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 322                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С<br>МОРКОВЬЮ                                          | 130       | 2,57              | 4,77    | 16,87            | 121,16                                   | 7,85                  |
| 2024                          | ТК № 65             | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                                         | 180       | 0,00              | 0,00    | 6,80             | 27,21                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 20             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                      | 20        | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 451                 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ<br>И ЯЙЦОМ                                    | 60        | 4,28              | 6,27    | 21,10            | 156,04                                   | 6,05                  |
| Итого                         |                     |                                                                          | 460       | 14,02             | 22,60   | 55,85            | 420,93                                   | 13,90                 |
| Всего                         |                     |                                                                          |           | 45,70             | 60,01   | 235,39           | 1 594,79                                 | 31,59                 |

 Лавриненко В.А.