

УТВЕРЖДАЮ

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ

6 марта 2026 г.
Ясли

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: осень-зима							
Завтрак							
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,4	24,2	2,3	273,8	223	2012
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	74,8		2012
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	13,9	55,6	430	2008
Итого за прием пищи:	360	14,2	33,2	26,6	456,6		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	47,0		
Обед							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,2	4,6	7,5	85,6	57	2012
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	110	12,3	6,2	25,7	207,5	20	
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	50	13,9	10,6	12,7	201,7	314	2008
КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,0	0,0	11,6	46,5	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
Итого за прием пищи:	540	33,0	25,6	79,4	681,2		
Полдник							
РУЛЕТИК С САХАРОМ	50	3,8	6,4	29,9	192,3	469	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,2	0,1	10,9	44,6	431	2008
Итого за прием пищи:	200	4,0	6,5	40,8	236,9		
Ужин							
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	8,5	19,1	32,5	337,2	210	2008
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54,0	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
Итого за прием пищи:	400	11,6	19,5	64,9	481,7		
Всего за день:		63,2	85,1	221,6	1 903,5		

10

УТВЕРЖДАЮ

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ

6 марта 2026 г.
Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: осень-зима							
Завтрак							
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,2	27,5	2,7	315,4	223	2012
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	74,8		2012
БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	13,9	55,6	430	2008
Итого за прием пищи:	400	17,5	37,1	37,3	550,6		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	47,0		
Обед							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	3,8	5,7	8,8	102,8	57	2012
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	14,6	7,3	30,4	245,2	20	
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	19,5	14,9	17,8	282,4	314	2008
КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
Итого за прием пищи:	660	42,4	33,2	98,3	860,7		
Полдник							
РУЛЕТИК С САХАРОМ	50	3,8	6,4	29,9	192,3	469	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	14,6	59,4	431	2008
Итого за прием пищи:	250	4,1	6,5	44,5	251,7		
Ужин							
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	210	9,9	22,2	37,9	393,0	210	2008
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15,0	59,9	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
Итого за прием пищи:	450	13,0	22,6	71,8	543,4		
Всего за день:		77,4	99,8	261,6	2 253,4		

10