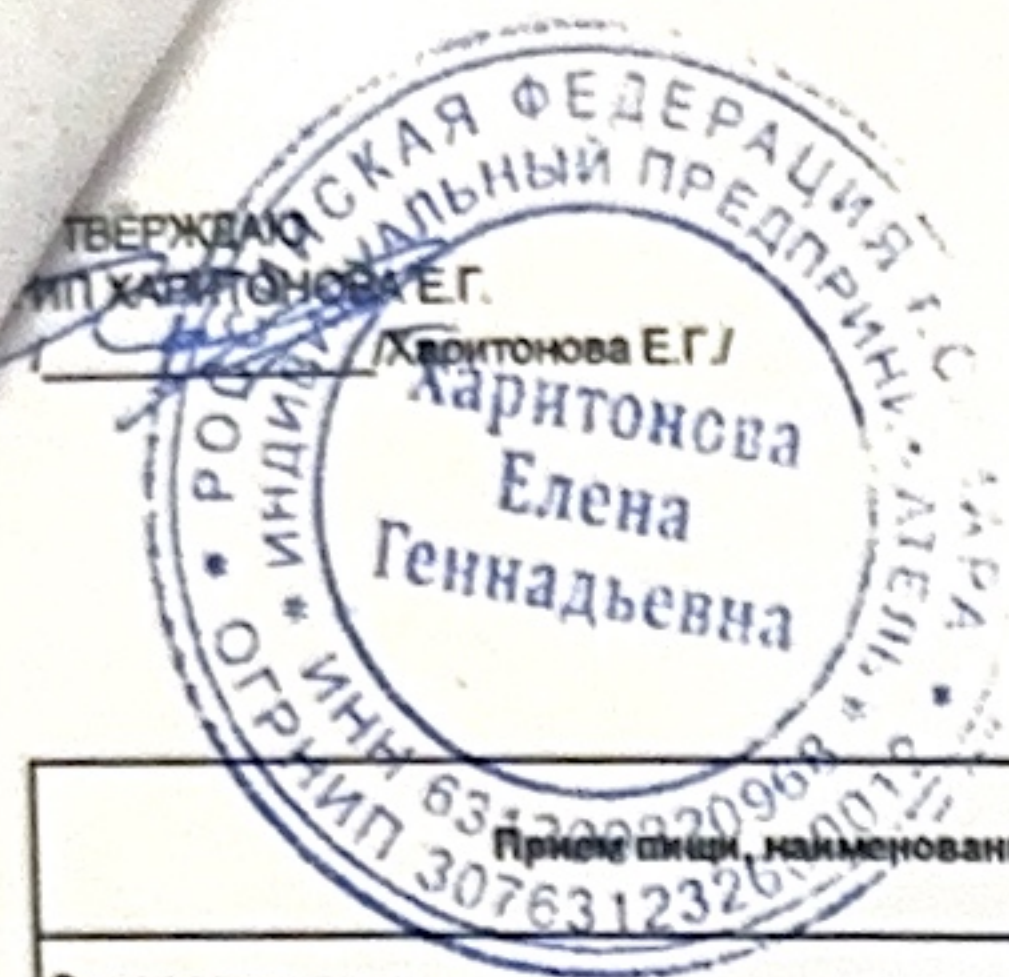




МЕНЮ
9 ДЕКАБРЯ 2025 г.

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							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,5	6,0	20,1	152,3	189	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	4,1	0,0	37,4		2012
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2012
Итого за прием пищи:	365	11,8	16,6	45,4	379,3		
II Завтрак							
РЯЖЕНКА	150	4,5	1,5	6,3	60,0	435	2008
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	47,0		
Обед							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,5	0,0	4,4	20,8	41	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,1	4,9	5,4	78,6	67	2012
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	7,7	10,4	26,6	230,4	304	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,0	0,0	11,6	46,5	376	2012
Итого за прием пищи:	540	14,4	15,7	71,5	488,0		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ С ПОВИДЛОМ	50	5,1	6,5	60,3	321,2		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150	4,5	1,5	6,3	60,0	435	2008
Итого за прием пищи:	200	9,6	8,0	66,6	381,2		
Ужин							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,8	12,5	17,1	255,5	237	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	10	0,6	1,6	4,0	32,0	351	2012
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	12,8	51,3	430	2008
Итого за прием пищи:	350	21,5	14,5	52,8	429,3		
Всего за день:		57,6	55,2	246,1	1 724,8		



МЕНЮ
9 ДЕКАБРЯ 2025 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								
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,9	8,0	26,7	202,6	189	2008	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	4,1	0,0	37,4		2012	
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,6	3,0	15,0	101,9	397	2012	
Итого за прием пищи:	437	14,0	18,9	57,1	455,8			
II Завтрак								
РЯЖЕНКА	200	6,0	2,0	8,4	79,8	435	2008	
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	47,0			
Обед								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6	0,0	5,6	26,0	41	2012	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,6	5,9	6,4	94,5	67	2012	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	9,7	12,8	33,3	288,0	304	2012	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,7	46,0			
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,2	0,3	13,9	66,7		2008	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,3	0,1	19,4	81,1	375	2012	
Итого за прием пищи:	680	17,9	19,2	88,3	602,3			
Полдник								
ПЕЧЕНЬЕ С ПОВИДЛОМ	50	5,1	6,5	60,3	321,2		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	6,0	2,0	8,4	79,8	435	2008	
Итого за прием пищи:	250	11,1	8,5	68,7	401,0			
Ужин								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	20,5	14,3	19,7	294,6	237	2012	
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	10	0,9	2,4	6,7	52,8	351	2012	
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9			
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,8	51,3	430	2008	
Итого за прием пищи:	360	25,2	17,2	63,0	512,1			
Всего за день:		68,6	64,2	283,9	2 018,2			