

УТВЕРЖДАЮ



МЕНЮ

22 сентября 2025 г.

Ясли

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето								
Цена: 210 руб.								
Завтрак								
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,5	6,0	20,1	152,3	189	2008	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	5,8	0,1	52,4		2012	
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58,2	430	2008	
Итого за прием пищи:	357	6,2	12,5	45,0	315,3			
II Завтрак								
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008	
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	47,0			
Обед								
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	40	0,7	1,9	3,5	34,6		2012	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	150	2,2	3,5	10,2	80,7	86	2012	
ПЛОВ С МЯСОМ	160	16,3	16,9	26,6	322,6	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	22,1	22,6	70,8	574,9			
Полдник								
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,0	4,1	28,4	167,3	467	2012	
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,5	0,0	24,1	98,9	321		
Итого за прием пищи:	200	4,5	4,1	52,5	266,2			
Ужин								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,8	12,5	17,1	255,5	237	2012	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	10	0,6	1,6	4,0	32,0	351	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	15,2	62,0	431	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:	385	21,6	14,5	55,2	440,0			
Всего за день:		54,8	54,1	233,3	1 643,4			

МЕНЮ

22 сентября 2025 г.

Сад

Сад							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Сезон: весна-лето							
Цена: 210 руб.							
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,9	8,0	26,7	202,6	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,0	5,8	0,1	52,4		2012
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	14,6	58,2	430	2008
Итого за прием пищи:	437	8,4	14,8	56,8	391,8		
II Завтрак							
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0		2008
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	47,0		
Обед							
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	50	0,8	2,4	4,4	43,3		2012
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	200	2,4	4,2	12,3	97,1	86	2012
ПЛОВ С МЯСОМ	180	20,2	21,0	33,3	403,3	304	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,3	13,9	66,7		2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	376	2012
Итого за прием пищи:	660	27,1	28,0	87,6	712,2		
Полдник							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,0	4,1	28,4	167,3	467	2012
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	0,6	0,0	32,0	131,9	321	
Итого за прием пищи:	250	4,6	4,1	60,4	299,2		
Ужин							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	20,5	14,3	19,7	294,6	237	2012
МОЛО СГУЩЕННОЕ	10	0,3	0,1	36,5	142,0	2	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	15,2	62,0	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9,2	44,5		2008
Итого за прием пищи:	360	24,7	14,9	95,2	612,0		
Всего за день:		65,2	62,2	309,8	2 062,2		