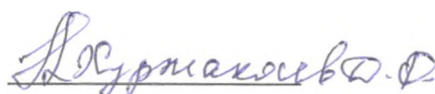


## МЕНЮ

14 июля 2025 г.  
Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                                                    | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2025                          | 75                  | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ<br>(изделия макаронные, вода питьевая, масло сливочное , яйца куриные в скорлупе свежие, молоко питьевое, масло подсолнечное рафинированое)                                                                                                              | 155   | 6,53              | 12,46      | 16,63            | 206,42                                             | 0,13                  |
| 2025                          | 176                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный (ферментированный), сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, вода питьевая)                                                                                                                             | 180   | 0,13              | 0,00       | 7,03             | 28,59                                              | 0,02                  |
| 2025                          | 89                  | ПЕЧЕНЬЕ<br>(печенье сладков )                                                                                                                                                                                                                                                         | 20    | 1,24              | 1,63       | 14,55            | 78,96                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 355   | 7,90              | 14,09      | 38,21            | 313,97                                             | 0,15                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2025                          | 117                 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ<br>(морковь столовая свежая, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, масло подсолнечное рафинированное)                                                                                                            | 80    | 0,93              | 1,65       | 7,14             | 45,68                                              | 1,60                  |
| 2025                          | 3                   | БАТОН<br>(хлеб недлительдного хранения (батон))                                                                                                                                                                                                                                       | 20    | 1,56              | 0,20       | 10,02            | 47,60                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 100   | 2,49              | 1,85       | 17,16            | 93,28                                              | 1,60                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2025                          | 143                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ с<br>МЯСОМ<br>(картофель продовольственный свежий, горох шлифованный, фасоль продовольственная, лук репчатый свежий, морковь столовая свежая, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль пищевая , вода бутилированная, свинина замороженная) | 150   | 8,30              | 16,08      | 14,89            | 236,88                                             | 5,25                  |
| 2025                          | 21                  | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ<br>(капуста белокочанная свежая, свинина замороженная, рис, лук репчатый свежий, масло сливочное , яйца куриные в скорлупе свежие)                                                                                                                                    | 119   | 10,80             | 21,78      | 16,03            | 304,43                                             | 17,77                 |
| 2025                          | 136                 | СОУС СМЕТАННЫЙ<br>(сметана, мука пшеничная , вода питьевая)                                                                                                                                                                                                                           | 10    | 0,23              | 0,46       | 1,26             | 11,38                                              | 0,00                  |
| 2025                          | 128                 | СОК<br>(соки из фруктов и (или) овощей)                                                                                                                                                                                                                                               | 152   | 0,74              | 0,15       | 14,87            | 63,32                                              | 1,22                  |
| 2025                          | 166                 | ХЛЕБ<br>(хлеб недлительного хранения (хлеб))                                                                                                                                                                                                                                          | 38    | 2,33              | 0,34       | 16,54            | 77,76                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 469   | 22,40             | 38,81      | 63,59            | 693,77                                             | 24,24                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2025                          | 54                  | КЕФИР<br>(кефир )                                                                                                                                                                                                                                                                     | 144   | 4,05              | 4,47       | 5,59             | 74,06                                              | 0,40                  |
| 2025                          | 5                   | БАТОН<br>(хлеб недлительдного хранения (батон))                                                                                                                                                                                                                                       | 30    | 2,34              | 0,30       | 15,03            | 71,40                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 174   | 6,39              | 4,77       | 20,62            | 145,46                                             | 0,40                  |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2025                          | 29                  | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА<br>(творог , крупа манная, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, яйца куриные в скорлупе свежие, масло подсолнечное рафинированное, сметана)                                                                 | 150   | 18,93             | 15,47      | 26,71            | 336,08                                             | 0,23                  |
| 2025                          | 139                 | СОУС ЯБЛОЧНЫЙ<br>(яблоки, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, крахмалы, кроме модифицированных, вода питьевая)                                                                                                                  | 50    | 0,07              | 0,06       | 7,91             | 32,59                                              | 0,60                  |
| 2025                          | 79                  | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко питьевое)                                                                                                                                                                                                                                                 | 180   | 4,37              | 5,59       | 8,38             | 104,76                                             | 0,94                  |
| 2025                          | 3                   | БАТОН<br>(хлеб недлительдного хранения (батон))                                                                                                                                                                                                                                       | 20    | 1,56              | 0,20       | 10,02            | 47,60                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 400   | 24,93             | 21,32      | 53,02            | 521,03                                             | 1,77                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |       | 64,11             | 80,84      | 192,60           | 1 767,51                                           | 28,16                 |

повар 

## МЕНЮ

14 июля 2025 г.  
Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                                                          | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2025                          | 76                  | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ<br>(изделия макаронные, вода питьевая, масло сливочное , яйца<br>куриные в скорлупе свежие, молоко питьевое, масло подсолнечное<br>рафинированое)                                                                                                              | 170   | 6,95              | 10,79      | 28,07            | 239,21                                             | 0,15                  |
| 2025                          | 177                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный (ферментированный), сахар белый свекловичный в<br>твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок,<br>вода питьевая)                                                                                                                             | 200   | 0,13              | 0,00       | 7,82             | 31,78                                              | 0,03                  |
| 2025                          | 91                  | ПЕЧЕНЬЕ<br>(печенье сладкое )                                                                                                                                                                                                                                                               | 36    | 2,23              | 2,93       | 26,19            | 142,12                                             | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 406   | 9,31              | 13,72      | 62,08            | 413,11                                             | 0,18                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2025                          | 117                 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ<br>(морковь столовая свежая, сахар белый свекловичный в твердом<br>состоянии без вкусоароматических или красящих добавок)                                                                                                                                                  | 80    | 0,93              | 0,08       | 7,12             | 31,42                                              | 1,60                  |
| 2025                          | 3                   | БАТОН<br>(хлеб недлительбного хранения (батон))                                                                                                                                                                                                                                             | 20    | 1,56              | 0,20       | 10,02            | 47,60                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 100   | 2,49              | 0,28       | 17,14            | 79,02                                              | 1,60                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2025                          | 144                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ и мясом<br>(картофель продовольственный свежий, горох шлифованный, фасоль<br>продовольственная, лук репчатый свежий, морковь столовая свежая,<br>масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль пищевая ,<br>вода бутилированная, говядина замороженная) | 200   | 5,34              | 4,76       | 21,08            | 148,43                                             | 6,68                  |
| 2025                          | 22                  | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ<br>(капуста белокочанная свежая, свинина замороженная, рис, лук<br>репчатый свежий, масло сливочное , яйца куриные в скорлупе свежие)                                                                                                                                       | 170   | 13,22             | 26,78      | 25,25            | 394,91                                             | 19,74                 |
| 2025                          | 135                 | СОУС СМЕТАННЫЙ<br>(сметана, мука пшеничная , вода питьевая)                                                                                                                                                                                                                                 | 20    | 0,27              | 0,77       | 1,22             | 14,92                                              | 0,01                  |
| 2025                          | 131                 | СОК<br>(соки из фруктов и (или) овощей)                                                                                                                                                                                                                                                     | 182   | 0,88              | 0,17       | 17,85            | 75,99                                              | 1,46                  |
| 06.09,<br>2025                | 167                 | ХЛЕБ<br>(хлеб недлительного хранения (хлеб))                                                                                                                                                                                                                                                | 48    | 2,91              | 0,42       | 20,69            | 97,25                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 620   | 22,62             | 32,90      | 86,09            | 731,50                                             | 27,89                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2025                          | 188                 | КЕФИР<br>(кефир )                                                                                                                                                                                                                                                                           | 169   | 4,77              | 5,26       | 6,58             | 87,14                                              | 0,48                  |
| 06.09,<br>2025                | 7                   | БАТОН<br>(хлеб недлительбного хранения (батон))                                                                                                                                                                                                                                             | 50    | 3,90              | 0,50       | 25,05            | 119,00                                             | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 219   | 8,67              | 5,76       | 31,63            | 206,14                                             | 0,48                  |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2025                          | 30                  | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА<br>(творог , крупа манная, сахар белый свекловичный в твердом<br>состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, яйца<br>куриные в скорлупе свежие, масло подсолнечное рафинированое,<br>сметана, мука пшеничная )                                              | 159   | 23,90             | 18,76      | 26,28            | 388,95                                             | 0,31                  |
| 2025                          | 140                 | СОУС ЯБЛОЧНЫЙ<br>(яблоки, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без<br>вкусоароматических или красящих добавок, крахмалы, кроме<br>модифицированных, вода питьевая)                                                                                                                  | 60    | 0,08              | 0,07       | 13,56            | 55,25                                              | 0,66                  |
| 2025                          | 80                  | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко питьевое)                                                                                                                                                                                                                                                       | 200   | 4,85              | 6,21       | 9,31             | 116,40                                             | 1,04                  |
| 06.09,<br>2025                | 5                   | БАТОН<br>(хлеб недлительбного хранения (батон))                                                                                                                                                                                                                                             | 30    | 2,34              | 0,30       | 15,03            | 71,40                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 449   | 31,17             | 25,34      | 64,18            | 632,00                                             | 2,01                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |       | 74,26             | 78,00      | 261,12           | 2 061,77                                           | 32,16                 |

повар

*С. Курташев Д. Ф.*