

# МЕНЮ

Ясли 12 часов

На 18 июля 2025г

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,6	0,6	14,8	70,4
ДЖЕМ	10	10	0,1	0	7,3	28,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4,2	6,5	3,8	89,6
КРУПА РИСОВАЯ	22,7	22,5	1,6	0,2	16,2	72,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52	52	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	77	77	2,1	1,8	3,6	40,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
КАКАО С МОЛОКОМ	180		2,6	2,3	22,0	120,0
КАКАО-ПОРОШОК	3	3	0,7	0,5	0,3	8,4
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	111	111	3,1	2,7	5,1	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	0	0	0	0,0
			<b>8,4</b>	<b>9,4</b>	<b>40,6</b>	<b>280,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
КЕФИР С САХАРОМ	100		2,1	2,3	10,1	70,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	95	95	2,7	2,3	3,7	48,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
			<b>2,1</b>	<b>2,3</b>	<b>10,1</b>	<b>70,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40		0,6	2,1	3,3	36,5
СВЕКЛА	47,5	38	0,6	0	3,2	15,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,4	0	21,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	96	96	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180		2,2	3,9	6,6	67,5
КАРТОФЕЛЬ	73	51,1	1	0,2	8,1	38,1
МОРКОВЬ	6,38	5,1	0,1	0	0,4	1,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,07	5,1	0,1	0	0,4	2,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,2	1,2	0,1	0	0,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2	0	1,2	0	10,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	20,85	17,6	3,2	2,7	0	37,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,79	1,5	0	0	0,1	0,6

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,208	0,2	0,1	0	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
<b>СУФЛЕ КУРИНОЕ</b>		<b>60</b>	<b>5,2</b>	<b>6,1</b>	<b>6,0</b>	<b>88,4</b>
ГРУДКА ПТИЦЫ (ФИЛЕ)	46,2	42	7,4	7,5	0	97,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,22 шт.	8,855	1,1	1	0,1	13,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,4	0,7	7,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
<b>РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)</b>		<b>120</b>	<b>1,3</b>	<b>2,8</b>	<b>6,1</b>	<b>66,0</b>
КАРТОФЕЛЬ	48,57	34	0,7	0,1	5,3	25,4
МОРКОВЬ	15	12	0,2	0	0,8	4,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,76	4	0,1	0	0,3	1,6
РЕПА	18,92	14	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,8	32,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b>		<b>180</b>	<b>0,5</b>		<b>28,8</b>	<b>118,7</b>
СОК В АССОРТИМЕНТЕ 0,2	180	180	0,5	0	28,8	118,7
<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>40</b>	<b>3,0</b>	<b>1,2</b>	<b>20,6</b>	<b>104,8</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,4</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>14,2</b>	<b>16,3</b>	<b>79,9</b>	<b>522,7</b>
<b>Полдник</b>						
<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b>		<b>180</b>	<b>6,8</b>	<b>10,4</b>	<b>9,1</b>	<b>131,0</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	125	100	1,7	0,1	4,6	27,2
ГОВЯДИНА Б/К	97,16	82	14,8	12,7	0	173,4
КРУПА РИСОВАЯ	10,1	10	0,7	0,1	7,2	32,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,4	18	0,3	0	1,5	7,2
МОРКОВЬ	21,25	17	0,2	0	1,2	5,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,5	4,5	0	4,4	0	39,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51	51	0	0	0	0,0
<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b>		<b>180</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>11,0</b>	<b>88,0</b>
ЯБЛОКИ	40,909	36	0,1	0,1	3,4	16,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155	155	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0	0	0	0,0
<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b>		<b>20</b>	<b>1,4</b>	<b>0,2</b>	<b>8,5</b>	<b>40,8</b>
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
<b>СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ</b>		<b>50</b>	<b>4,2</b>	<b>3,3</b>	<b>32,3</b>	<b>160,2</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37	37	3,9	0,5	25,1	119,9
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7	0	0	3,6	14,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,208	0,2	0,1	0	1,8

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,5	0,5	0,1	0	0	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,5	15,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3	0	0,3	0	2,6
			<b>12,6</b>	<b>14,1</b>	<b>60,9</b>	<b>420,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>37,3</b>	<b>42,1</b>	<b>191,5</b>	<b>1 292,7</b>