

МЕНЮ
Ясли 12 часов

На 30 июня 2025г

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ М ДЖЕМОМ	40		3,1	3,0	15,4	74,7
ДЖЕМ	15	15	0,1	0	10,9	42,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4,1	0	37,4
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4,9	6,1	9,6	138,4
ПШЕНО	29	29	3,2	0,8	19,8	99,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	74	74	2	1,8	3,5	38,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49	49	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		5,9	23,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174	174	0	0	0	0,0
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,3	0,3	9,7	43,0
ЯБЛОКИ	107,6	95	0,4	0,4	9,3	44,7
			8,4	9,4	40,6	280,0
II Завтрак						
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
			2,1	2,3	10,1	70,0
Обед						
*ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50		0,4		0,9	6,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	55,56	50	0,4	0,1	0,9	6,5
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60		5,4	9,6	8,6	96,4
РЫБА ФИЛЕ В АССОРТИМЕНТЕ	50	45	7	0,4	0	31,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,038	0,8	0,7	0	9,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3	0	1,8	0	16,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9	9	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9	0,7	0,3	4,5	22,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0	0	0	0,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	180		2,8	5,2	16,4	103,3
КАРТОФЕЛЬ	42,86	30	0,6	0,1	4,8	22,4

ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12,06	12	2,7	0,2	5,6	34,8
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,4	15,4	1,2	0,4	7,7	39,1
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120		1,6	0,1	5,3	51,5
МОРКОВЬ	32,5	26	0,3	0	1,7	8,8
КАРТОФЕЛЬ	37,14	26	0,5	0,1	4,1	19,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18,5	12	0,4	0	0,8	4,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,75	27	0,5	0	1,3	7,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	36	36	1	0,9	1,6	18,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4	4	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180		0,2	0,2	11,0	88,0
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
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,4	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,0	1,2	20,6	104,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	3	1,2	20,6	104,8
			14,8	16,5	71,3	491,3
Полдник						
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	180		8,0	7,5	10,4	144,7
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	66,25	53	9,2	1,9	0	65,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
КАРТОФЕЛЬ	238,57	167	3,2	0,7	26,4	124,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,67	14	0,2	0	1,1	5,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220	220	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150		0,6	0,2	20,0	85,8
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,5	0,2	7	41,3
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,4	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ПЕЧЕНЬЕ	40		2,6	6,2	22,0	148,7
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
			12,6	14,1	60,9	420,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,9	42,3	182,9	1 261,3

