

## МЕНЮ

## Ясли 12 часов

09 декабря 2025 года

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		20	1,06	0,45	11,25	43,07
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ	5,000	5,000	0,03	0,01	3,65	14,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	1,13	0,44	7,71	39,30
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		130	2,07	5,71	17,58	145,89
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	18,550	18,550	2,21	1,12	11,12	63,34
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	65,000	65,000	1,83	1,58	3,03	34,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,484	0,484	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,500	3,500	0,00	0,00	3,39	13,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,000	5,000	0,03	4,01	0,04	36,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44,000	44,000	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	1,40	1,82	11,83	60,39
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,000	3,000	0,30	0,00	1,56	7,45
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75,000	75,000	2,11	1,82	3,49	39,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,000	90,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ГРУША		95	0,38	0,29	9,79	44,65
ГРУША СВЕЖАЯ ПОЗДНИХ СРОКОВ	105,560	95,000	0,38	0,29	9,79	44,65
			4,91	8,27	50,45	294,00
<b>II Завтрак</b>						
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ		170	4,93	4,25	6,80	90,10
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170,000	170,000	4,93	4,25	6,80	90,10
			4,93	4,25	6,80	90,10
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ		30	1,51	3,73	1,96	47,65
СВЕКЛА	28,750	23,000	0,34	0,02	1,96	9,37
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	5,320	5,000	1,17	1,21	0,00	15,80
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2,500	2,500	0,00	2,50	0,00	22,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/1	4,43	4,76	14,07	116,62
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	81,430	57,000	1,11	0,22	9,01	42,57
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ - вермишель высш.. сорт	6,000	6,000	0,65	0,08	4,10	19,38
МОРКОВЬ	7,500	6,000	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,140	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,000	105,000	0,00	0,00	0,00	0,00

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ ГРУДКИ ЦЫПЛЕНКА ЗАМОРОЖЕННОЕ	14,359	14,000	2,47	2,50	0,00	32,32
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,050	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		160	9,20	6,86	14,52	186,28
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	116,129	108,000	18,75	3,88	0,00	133,05
КРУПА РИСОВАЯ	14,141	14,000	0,95	0,14	10,05	45,22
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	42,260	35,500	0,49	0,07	2,82	14,12
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,928	4,928	0,02	3,95	0,04	35,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,239 шт.	9,620	1,18	1,08	0,07	14,65
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,053 шт.	2,133	0,26	0,24	0,01	3,25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,900	0,900	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,49	0,20	15,74	76,15
ШИПОВНИК СУХОЙ	15,000	15,000	0,49	0,20	7,03	41,32
САХАР ПЕСОК	9,000	9,000	0,00	0,00	8,71	34,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,58	10,29	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
		<b>17,62</b>	<b>16,26</b>		<b>62,94</b>	<b>509,69</b>

### Полдник

ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,46	2,23	0,14	30,46
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,497 шт.	20,004	2,46	2,23	0,14	30,47
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		160	16,88	10,49	12,10	215,43
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	100,460	80,365	1,41	0,08	3,67	21,83
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	89,110	63,270	12,27	6,01	0,00	103,10
КРУПА РИСОВАЯ	7,247	7,153	0,49	0,07	5,13	23,11
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,010	11,765	0,16	0,02	0,93	4,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,482	1,482	0,01	1,18	0,01	10,76
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	16,100	1,98	1,79	0,11	24,52
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9,000	9,000	0,22	1,31	0,31	17,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,368	2,368	0,25	0,03	1,61	7,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,116	14,116	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,800	1,800	0,09	0,00	0,33	1,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,095	0,095	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,282	0,282	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ		100	2,80	2,50	4,51	56,51
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТЬ в индивидуальной упаковке	100,000	100,000	2,80	2,50	4,51	56,51
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,12	0,18	8,48	40,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,97	0,43	7,72	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	1,13	0,44	7,71	39,30
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,09	0,00	6,96	28,18
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,450	0,450	0,09	0,00	0,18	1,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130,000	130,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
		<b>24,32</b>	<b>15,83</b>		<b>39,91</b>	<b>410,67</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>51,78</b>	<b>44,61</b>		<b>160,10</b>	<b>1 304,46</b>