

МЕНЮ

Сад 12 часов

Пятница 12 декабря 2025 год

| Наименование блюда                              | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак   |           |          |                   |         |             |                                     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                              | 30        | 1,8      | 4,7               | 12,5    | 99,8        |                                     |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ                             | 180       | 4,4      | 5,9               | 26,9    | 178,4       |                                     |
| КАША рисовая жидкая (аллергии)                  | 200       |          |                   |         |             |                                     |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                 | 180       | 2,9      | 2,5               | 12,5    | 84,6        |                                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                        |           |          |                   |         |             |                                     |
|   |           | 9,1      | 13,1              | 51,9    | 362,8       |                                     |
| II Завтрак                                      |           |          |                   |         |             |                                     |
| РЯЖЕНКА   | 100       | 3,0      | 1,0               | 4,2     | 40,1        |                                     |
| ЯБЛОКО (аллергии)                               | 70        |          |                   |         |             |                                     |
|   |           | 3,5      | 3,0               | 1,0     | 4,2         |                                     |
| Обед  |           |          |                   |         |             |                                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПТИЦЕЙ И<br>ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/10/1  | 4,2      | 3,3               | 14,5    | 105,9       |                                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПТИЦЕЙ<br>(аллергии)         |           |          |                   |         |             |                                     |
| РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ                           | 70        | 9,3      | 10,6              | 7,3     | 161,4       |                                     |
| КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)<br>(аллергии)         | 60        |          |                   |         |             |                                     |
| ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ                                  | 150       | 2,4      | 4,2               | 15,5    | 108,7       |                                     |
| ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (аллергии)                       |           |          |                   |         |             |                                     |
| КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА                            | 180       | 0,5      | 0,2               | 21,3    | 91,0        |                                     |
| КОМПОТ ИЗ свежих яблок (аллергии)               |           |          |                   |         |             |                                     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 30        | 2,0      | 0,3               | 12,8    | 61,2        |                                     |
| БАТОН   | 35        | 2,6      | 1,1               | 18,0    | 91,7        |                                     |
|   |           | 21,0     | 19,7              | 89,4    | 619,9       |                                     |
| Полдник   |           |          |                   |         |             |                                     |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                             | 140       | 15,0     | 15,3              | 13,0    | 249,5       |                                     |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергии)                  |           |          |                   |         |             |                                     |
| НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С<br>САХАРОМ       | 180       |          |                   | 8,7     | 34,8        |                                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                        |           |          |                   |         |             |                                     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 30        | 2,0      | 0,3               | 12,8    | 61,2        |                                     |
| ВАФЛИ   | 30        | 0,8      | 1,0               | 23,2    | 106,2       |                                     |
| ЯБЛОКО  | 80        | 0,3      | 0,3               | 7,9     | 37,5        |                                     |
|   |           | 18,1     | 16,9              | 65,6    | 489,2       |                                     |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                  |           | 42,2     | 42,4              | 163,3   | 1 209,5     |                                     |

# МЕНЮ

Ясли 12 часов

Пятница 12 декабря 2025 год

| Наименование блюда                              | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак   |           |          |                   |         |             |                                     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                              | 30        |          | 1,8               | 4,7     | 12,5        | 99,8                                |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ                             | 130       |          | 3,2               | 4,2     | 19,4        | 128,5                               |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                 | 180       |          | 2,9               | 2,5     | 12,5        | 84,6                                |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                       |           |          |                   |         |             |                                     |
|   |           |          | 7,9               | 11,4    | 44,4        | 312,9                               |
| II Завтрак                                      |           |          |                   |         |             |                                     |
| РЯЖЕНКА   | 100       |          | 3,0               | 1,0     | 4,2         | 40,1                                |
| ЯБЛОКО (аллергики)                              | 70        |          |                   |         |             |                                     |
|   |           |          | 3,5               | 3,0     | 1,0         | 4,2                                 |
| Обед  |           |          |                   |         |             |                                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПТИЦЕЙ И<br>ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1  |          | 3,5               | 2,6     | 11,8        | 85,1                                |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПТИЦЕЙ<br>(аллергики)        |           |          |                   |         |             |                                     |
| РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ                           | 50        |          | 6,7               | 7,5     | 5,2         | 115,2                               |
| КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)<br>(аллергики)        |           |          |                   |         |             |                                     |
| ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ                                  | 120       |          | 1,9               | 3,3     | 12,4        | 87,0                                |
| ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (аллергики)                      |           |          |                   |         |             |                                     |
| КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА                            | 150       |          | 0,4               | 0,1     | 17,8        | 75,7                                |
| КОМПОТ ИЗ свежих яблок (аллергики)              | 180       |          |                   |         |             |                                     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 20        |          | 1,3               | 0,2     | 8,5         | 40,8                                |
| БАТОН   | 20        |          | 1,5               | 0,6     | 10,3        | 52,4                                |
|   |           |          | 15,3              | 14,3    | 66,0        | 456,2                               |
| Полдник   |           |          |                   |         |             |                                     |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                             | 120       |          | 12,9              | 13,2    | 11,1        | 214,2                               |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики)                 |           |          |                   |         |             |                                     |
| НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С<br>САХАРОМ       | 150       |          |                   |         | 7,3         | 29,0                                |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                       |           |          |                   |         |             |                                     |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 20        |          | 1,3               | 0,2     | 8,5         | 40,8                                |
| ЯБЛОКО  | 70        |          | 0,3               | 0,3     | 6,9         | 32,9                                |
| ПЕЧЕНЬЕ   | 20        |          | 1,5               | 2,0     | 14,9        | 83,4                                |
|   |           |          | 16,0              | 15,7    | 48,7        | 400,3                               |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                  |           |          | 42.2              | 42.4    | 163.3       | 1 209.5                             |