

МЕНЮ

Сад 12 часов

Четверг 11 декабря 2025 год

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180					
КАША пшенная жидкая (аллергики)	200		5,8	7,1	23,6	182,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,7	2,2	13,6	85,5
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)						
			10,3	14,0	49,7	367,6
II Завтрак						
ЙОГУРТ	125					
ГРУША (аллергики)	70		3,5	3,1	5,6	70,6
			3,5	3,1	5,6	70,6
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,6	0,1	1,9	12,0
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	200/10/10		6,3	7,2	9,7	133,1
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики)						
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	70					
ГОВЯДИНА тушеная (аллергики)	100		13,7	0,5	0,4	61,2
СОУС ПОЛЬСКИЙ	20		0,7	11,9	0,1	109,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ						
ПЮРЕ картофельное (аллергики)	130		2,7	4,3	18,6	124,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ						
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180		0,9	0,2	18,2	77,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,8	61,2
			26,9	24,5	61,7	578,5
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (аллергики)	150		12,8	11,3	11,5	200,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180		0,1	0,1	12,3	51,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70		6,0	3,4	24,1	151,2
МАНДАРИН	100					
ГРУША (аллергики)	70		0,8	0,2	7,5	38,0
			21,0	15,2	63,9	481,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,7	56,8	180,9	1 498,4

МЕНЮ

Ясли 12 часов

Четверг 11 декабря 2025 год

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130	4,1	5,2	17,0	132,0	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	2,7	2,2	13,6	85,5	
		8,6	12,1	43,1	317,3	
II Завтрак						
ЙОГУРТ ГРУША (аллергики)	125 70	3,5	3,1	5,6	70,6	
		3,5	3,1	5,6	70,6	
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	30	0,3	0,1	1,1	7,2	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10/10	5,4	6,1	8,2	113,7	
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ ГОВЯДИНА тушеная (аллергики)	60 100	11,7	0,5	0,4	52,4	
СОУС ПОЛЬСКИЙ	20	0,7	11,9	0,1	109,2	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофельное (аллергики)	100	2,0	3,3	14,2	95,8	
СОК ЯБЛОЧНЫЙ ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,8	0,2	15,2	64,5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
		22,2	22,3	47,7	483,6	
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (аллергики)	120 130	9,7	9,5	8,6	159,5	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	10,3	42,7	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,5	2,4	17,3	108,2	
МАНДАРИН ГРУША (аллергики)	100 70	0,8	0,2	7,5	38,0	
		16,4	12,4	52,2	389,2	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		50,7	49,9	148,6	1 260,7	