

## МЕНЮ

## Сад 12 часов

02 февраля 2026 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		30	1,29	2,88	16,02	93,99
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ	11,000	11,000	0,07	0,01	8,02	31,24
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,000	3,000	0,02	2,48	0,02	22,44
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,000	16,000	1,20	0,46	8,22	41,92
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		150	5,11	6,30	14,76	164,81
САХАР ПЕСОК	5,000	5,000	0,00	0,00	4,84	19,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,274	2,274	0,01	1,82	0,02	16,50
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,000	110,000	3,09	2,67	5,12	57,62
КРУПА РИСОВАЯ	22,576	22,350	1,51	0,21	16,04	72,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,000	18,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,17	2,48	13,02	55,25
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,600	3,600	0,36	0,00	1,87	8,94
САХАР ПЕСОК	6,700	6,700	0,00	0,00	6,49	25,93
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100,000	100,000	2,81	2,43	4,66	52,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120,000	120,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,96	0,24	9,00	45,60
МАНДАРИН	136,000	100,000	0,80	0,20	7,50	38,00
			<b>10,53</b>	<b>11,90</b>	<b>52,80</b>	<b>359,65</b>
<b>II Завтрак</b>						
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ		200	5,80	5,00	8,40	108,00
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200,000	200,000	5,80	5,00	8,40	108,00
			<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,40</b>	<b>108,00</b>
<b>Обед</b>						
СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ		50	3,77	4,34	7,97	76,89
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	50,000	35,000	0,68	0,14	5,54	26,14
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3,000	3,000	0,00	3,00	0,00	26,97
СЕЛЬДЬ С/С НЕРАЗДЕЛАННАЯ	26,040	12,500	3,04	1,20	2,30	23,00
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	5,000	4,000	0,05	0,00	0,13	0,78
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		170/30/1	1,04	1,82	7,37	50,31
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	54,290	38,000	0,74	0,15	6,00	28,38
МОРКОВЬ	8,500	6,800	0,09	0,01	0,46	2,31
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,100	6,800	0,10	0,01	0,54	2,71
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,700	1,700	0,08	0,00	0,31	1,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	1,700	1,700	0,00	1,65	0,00	14,82
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	119,000	119,000	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	29,250	28,200	4,37	0,16	0,00	18,88
яйца куриные (шт.)	0,037 шт.	1,489	0,18	0,16	0,01	2,27

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,140	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,890	0,850	0,03	0,00	0,06	0,41
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,000	2,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СУФЛЕ КУРИНОЕ		70	12,50	15,47	5,92	212,88
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	35,000	35,000	0,99	0,85	1,63	18,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,067	6,067	0,64	0,08	4,11	19,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,000	7,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,373	0,373	0,00	0,00	0,00	0,00
ФИЛЕ ГРУДКИ ЦЫПЛЕНКА ЗАМОРОЖЕННОЕ	48,615	47,400	8,37	8,46	0,00	109,43
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,130	2,48	2,24	0,14	30,65
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,800	2,800	0,01	2,24	0,02	20,31
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		140	3,20	2,94	13,47	93,79
МОРКОВЬ	31,250	25,000	0,32	0,03	1,68	8,49
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	41,200	28,840	0,56	0,12	4,56	21,54
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	21,541	14,000	0,42	0,03	0,88	5,43
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	43,750	35,000	0,61	0,04	1,60	9,51
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	23,800	23,800	0,67	0,58	1,11	12,46
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,600	2,600	0,01	2,09	0,02	18,87
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,600	2,600	0,27	0,03	1,77	8,42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,800	23,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,500	0,500	0,00	0,00	0,49	1,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ СВЕЖИЙ	20,000	15,000	0,19	0,00	0,72	3,78
ТЫКВА СВЕЖАЯ	21,430	15,000	0,15	0,02	0,64	3,35
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА		180	0,29	0,09	15,00	63,24
СЛИВА СУШЕННАЯ (ЧЕРНОСЛИВ)	13,000	13,000	0,29	0,09	7,26	32,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	209,800	209,800	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,32	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		25	1,88	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
		<b>24,00</b>	<b>25,57</b>		<b>71,06</b>	<b>603,40</b>

### Полдник

САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ		50	1,89	2,00	8,50	59,56
МОРКОВЬ	60,630	48,500	0,61	0,05	3,25	16,47
САХАР ПЕСОК	2,500	2,500	0,00	0,00	2,50	9,98
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		200	32,58	19,30	29,81	432,32
ТВОРОГ 5 % ЖИРНОСТИ	170,000	170,000	29,68	14,84	4,95	278,68
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	12,000	12,000	1,20	0,12	8,22	38,30
САХАР ПЕСОК	12,000	12,000	0,00	0,00	11,62	46,44
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,104 шт.	4,186	0,51	0,47	0,03	6,37
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8,000	8,000	1,03	0,00	4,77	23,18
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,600	6,600	0,16	0,96	0,22	13,19
СОК		180	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,50	0,58	10,28	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
		<b>35,97</b>	<b>21,88</b>		<b>48,59</b>	<b>544,28</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>76,30</b>	<b>64,35</b>		<b>180,85</b>	<b>1 615,33</b>

