

**МЕНЮ****Ясли 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 СЫРОМ		20	2,30	1,65	7,71	55,10
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	5,320	5.000	1,17	1,21	0,00	15,80
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
МАНДАРИН		95	0,76	0,19	7,13	36,10
МАНДАРИН	128,380	95,000	0,76	0,19	7,13	36,10
			6,53	9,37	44,25	297,48
<b>II Завтрак</b>						
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ		180	5,04	4,50	8,12	101,72
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВ,	180,000	180,000	5,04	4,50	8,12	101,72
			5,04	4,50	8,12	101,72
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ		40	0,34	2,04	0,74	23,39
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	40,400	32,400	0,26	0,03	0,55	4,21
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,500	6,000	0,08	0,01	0,19	1,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2,000	2,000	0,00	2,00	0,00	17,98
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЫЮ ПЕТРУШКИ		150/25/1	7,32	3,47	33,53	194,82
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	45,710	32,000	0,62	0,13	5,06	23,90
ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ ЦЕЛЫЙ	16,080	16,000	3,57	0,25	7,47	46,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,140	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	9,380	7,500	0,10	0,01	0,50	2,55
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
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	47,620	40,000	2,91	1,13	19,94	101,66

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,050	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		60	13,71	8,70	2,17	157,39
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	77,419	72,000	12,50	2,58	0,00	88,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,140	6,000	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	12,000	9,600	0,12	0,01	0,64	3,26
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	8,570	6,000	0,12	0,02	0,95	4,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,600	6,600	0,03	5,29	0,05	47,89
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,174 шт.	7,004	0,86	0,79	0,05	10,67
РАГУ ОВОЩНОЕ		110	2,01	4,68	10,39	97,90
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	50,290	35,200	0,68	0,14	5,57	26,29
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,240	4,400	0,06	0,01	0,35	1,75
ТЫКВА СВЕЖАЯ	19,490	13,640	0,14	0,01	0,58	3,05
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24,750	19,800	0,35	0,02	0,90	5,37
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,200	3,200	0,02	2,56	0,03	23,22
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,960	2,960	0,31	0,04	2,01	9,59
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27,873	27,873	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13,000	13,000	0,33	1,89	0,45	25,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,093	0,093	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,183	0,183	0,00	0,00	0,00	0,00
ТЫКВА СВЕЖАЯ	16,970	11,880	0,12	0,01	0,50	2,65
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,09	0,07	9,03	37,35
ГРУША СВЕЖАЯ ПОЗДНИХ СРОКОВ	25,000	22,500	0,09	0,07	2,25	10,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,000	129,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7,000	7,000	0,00	0,00	6,78	27,09
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,150	0,150	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		15	1,03	0,44	7,71	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	1,13	0,44	7,71	39,30
		<b>25,19</b>	<b>19,53</b>	<b>69,93</b>	<b>580,74</b>	

### Полдник

ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,44	0,08	1,52	9,60
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	40,410	40,000	0,44	0,08	1,52	9,60
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		160	7,83	8,20	28,06	216,00
ФИЛЕ ГРУДКИ ЦЫПЛЕНКА ЗАМОРОЖЕННОЕ	63,590	62,000	10,94	11,07	0,00	143,13
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,000	6,000	0,03	4,80	0,05	43,53
МОРКОВЬ	28,750	23,000	0,29	0,02	1,54	7,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,240	17,000	0,23	0,03	1,35	6,76
КРУПА РИСОВАЯ	35,354	35,000	2,38	0,34	25,12	113,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
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
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,48	1,88	14,62	81,40
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	20,000	20,000	1,48	1,88	14,62	81,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	0,92	0,17	8,46	40,68
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,32	0,18	8,48	40,79
		<b>10,76</b>	<b>10,33</b>	<b>59,62</b>	<b>375,86</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>47,52</b>	<b>43,73</b>	<b>181,92</b>	<b>1 355,80</b>	

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,200	129,200	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ		70	13,46	10,57	10,49	190,76
ГОВЯДИНА Б/К ( ЛОПАТКА)	84,510	60,000	11,64	5,70	0,00	97,78
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	12,600	12,600	0,92	0,36	6,29	32,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,200	18,200	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,000	7,000	0,89	0,00	4,18	20,29
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)		140	2,55	9,07	18,12	164,88
КАРТОФЕЛЬ до 01 сентября	135,430	94,800	1,84	0,37	14,99	70,81
МОРКОВЬ	20,250	16,200	0,20	0,02	1,09	5,50
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20,200	16,200	0,28	0,02	0,74	4,40
БРЮКВА	21,000	16,200	0,18	0,02	1,21	5,81
РЕПА	21,800	16,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,000	15,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	10,800	10,800	0,05	8,64	0,09	78,36
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,000	2,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,50	0,13	1,90	12,00
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	50,520	50,000	0,55	0,10	1,90	12,00
			<b>28,22</b>	<b>27,50</b>	<b>86,32</b>	<b>708,51</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
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,88	0,73	12,85	65,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ		180	0,00	0,00	7,74	30,96
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	25,000	25,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ОТВАРНОЕ		50	17,52	8,56	0,30	148,14
ГОВЯДИНА Б/К ( ЛОПАТКА)	126,760	90,000	17,46	8,56	0,00	146,66
МОРКОВЬ	2,500	2,000	0,03	0,00	0,14	0,68
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,400	2,000	0,03	0,00	0,16	0,80
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С		130	3,91	7,78	23,84	181,71
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30,700	30,700	3,28	0,39	20,99	100,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,800	1,800	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	218,400	218,400	0,00	0,00	0,00	0,00
МОРКОВЬ	14,750	11,800	0,15	0,01	0,79	4,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,900	8,300	0,12	0,02	0,66	3,30
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,000	5,000	0,23	0,00	0,92	4,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	7,600	7,600	0,00	7,36	0,00	66,27
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ СВЕЖИЙ	13,330	10,000	0,13	0,00	0,48	2,52
			<b>25,20</b>	<b>19,07</b>	<b>53,23</b>	<b>485,87</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>57,63</b>	<b>53,70</b>	<b>218,73</b>	<b>1 595,21</b>

