

МЕНЮ  
30 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                           |       |                   |         |             |                                     |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) № 09/1                           | 5     | 0,03              | 4,13    | 0,04        | 37,40                               |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ б/м (аллергики)                      | 40    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ № 03/11                     | 150   | 6,46              | 6,38    | 24,90       | 183,21                              |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ б/м (аллергики)             | 150   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 07/3                 | 150   | 3,43              | 3,63    | 13,34       | 100,59                              |
| ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)                     | 150   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1                    | 29    | 2,12              | 0,17    | 13,97       | 65,93                               |
| Итого                                             |       | 12,04             | 14,31   | 52,25       | 387,13                              |
| II Завтрак                                        |       |                   |         |             |                                     |
| ЙОГУРТ №07/11                                     | 150   | 4,20              | 3,75    | 28,50       | 84,77                               |
| СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ б/м (аллергики) | 150   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| Итого                                             |       | 4,20              | 3,75    | 28,50       | 84,77                               |
| Обед                                              |       |                   |         |             |                                     |
| БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ № 01/3                | 180   | 5,82              | 7,73    | 7,76        | 121,29                              |
| БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ Б/М (аллергики)                  | 180   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №02/34                | 110   | 5,03              | 7,33    | 32,00       | 214,06                              |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ б/м (аллергики)       | 110   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ №02/8                         | 60    | 8,38              | 11,08   | 10,11       | 172,77                              |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ б/м (аллергики)               | 60    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК № 07/7                     | 150   | 0,12              | 0,12    | 10,05       | 42,39                               |
| ХЛЕБ РЖАНО-ЗАВАРНОЙ 06/2                          | 40    | 2,62              | 0,35    | 16,79       | 80,77                               |
| Итого                                             |       | 21,97             | 26,61   | 76,71       | 631,28                              |
| Уплотненный полдник                               |       |                   |         |             |                                     |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ № 02/26                        | 110   | 2,16              | 4,59    | 17,43       | 119,91                              |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ Б/М (аллергики)                | 110   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ № 02/29         | 60/20 | 13,53             | 8,54    | 2,43        | 140,40                              |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ б/м (аллергики) | 60/20 | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 07/1                              | 150   | 0,10              | 0,00    | 7,47        | 30,23                               |
| ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1                    | 32    | 2,37              | 0,19    | 15,53       | 73,31                               |
| Итого                                             |       | 18,16             | 13,32   | 42,86       | 363,85                              |
| Всего                                             |       | 56,37             | 57,99   | 200,32      | 1 467,03                            |