

МЕНЮ  
16 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                             | Выход  | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                |        | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                        |        |                   |         |             |                                     |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 09/2                          | 10     | 2,60              | 2,68    | 0,35        | 37,43                               |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (б/м) (аллергики)                 | 40     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ № 03/2          | 150    | 4,48              | 5,99    | 16,83       | 139,71                              |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" Б/М (аллергики)        | 150    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| КАКАО С МОЛОКОМ № 07/4                         | 150    | 4,41              | 4,57    | 13,70       | 115,03                              |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                      | 150    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1                 | 38     | 2,12              | 0,17    | 13,94       | 65,80                               |
| Итого                                          |        | 13,61             | 13,41   | 44,82       | 357,97                              |
| II Завтрак                                     |        |                   |         |             |                                     |
| СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ № 07/18      | 150    | 0,73              | 0,15    | 14,70       | 62,57                               |
| Итого                                          |        | 0,73              | 0,15    | 14,70       | 62,57                               |
| Обед                                           |        |                   |         |             |                                     |
| СУП РЫБНЫЙ 01/16                               | 180    | 8,15              | 5,31    | 9,97        | 119,71                              |
| СУП РЫБНЫЙ б/м (аллергики)                     | 180    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №02/19                       | 120    | 2,51              | 4,32    | 17,07       | 117,51                              |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ Б/М (аллергики)              | 120    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА №02/62          | 60     | 9,17              | 8,76    | 1,95        | 122,89                              |
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА Б/М (аллергики)        | 60     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 07/8             | 150    | 0,44              | 0,00    | 15,21       | 60,61                               |
| ХЛЕБ РЖАНО-ЗАВАРНОЙ 06/2                       | 44     | 2,91              | 0,39    | 18,65       | 89,74                               |
| Итого                                          |        | 23,18             | 18,78   | 62,85       | 510,46                              |
| Уплотненный полдник                            |        |                   |         |             |                                     |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ №02/5          | 130/10 | 21,14             | 14,97   | 28,63       | 338,06                              |
| ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ Б/М (аллергики) | 60     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ б/м (аллергики)     | 110    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ 06/18                     | 50     | 5,12              | 6,48    | 27,02       | 186,51                              |
| ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ б/м (аллергики)            | 50     | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                                |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 07/1                           | 150    | 0,10              | 0,00    | 7,95        | 32,22                               |
| ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 06/1                   | 32     | 2,36              | 0,19    | 15,49       | 73,09                               |
| Итого                                          |        | 28,72             | 21,64   | 79,09       | 629,88                              |
| Всего                                          |        | 66,24             | 53,98   | 201,46      | 1 560,88                            |